



# 令和2年度6月 予定献立表



埼玉県立熊谷高等学校 定時制

日	曜日	早給食	献立名		エネルギー	蛋白質
9	火	○	ご飯	味噌汁 鯖の塩焼き 切干大根の韓国風炒め	863kcal	41.5g
10	水	○	大根おろしと ツナのパンケーキ	たけのこフライ バナナ蒸しパン	894kcal	37.3g
11	木		ご飯	味噌汁 豚肉の生姜炒め ポテトサラダ	919kcal	35.5g
12	金		麻婆豆腐丼	中華風コーンスープ スティックサラダ ジョア	824kcal	33.1g
15	月		かてめし	川島呉汁 ゼリーフライ ほうれん草とひじきのサラダ ブルーベリークレープ	917kcal	27.5g
16	火		しゃくし菜 炒飯	カレー風味サラダ キャロットゼリー	803kcal	28.4g
17	水		きなこ揚げパン	肉団子と春雨のスープ ごぼうの胡麻サラダ いちごヨーグルト	845kcal	30.7g
18	木		鶏野菜うどん	味噌ポテト 青りんごゼリー	903kcal	30.5g
19	金		ハヤシライス	ハムと大根のサラダ オレンジ	950kcal	33.4g
22	月		ご飯	味噌汁 アジフライ ごぼうサラダ	812kcal	35.2g
23	火		ひき肉ともやしの あんかけ丼	五目スープ 揚げ餃子 ブドウゼリー	863kcal	32.6g
24	水		ご飯	もずくスープ 豚のみそ漬け焼き 車麩と大根の煮物	815kcal	33.9g
25	木		カレーうどん	ハムのマリネ ヨーグルト	891kcal	30.5g
26	金		ご飯	味噌汁 かじきの和風ステーキ 豚肉と大豆の炒り煮	770kcal	36.9g
29	月		ご飯	ミネストローネ クリスピーチキン 彩野菜のピクルス	939kcal	34.1g
30	火		ご飯	味噌汁 肉じゃが もやしの酢の物	800kcal	35.7g

※食材の発注などの関係により、献立を一部変更する場合があります。

## ☆6月は食育月間です☆

食育の基本的理念を定めた「食育基本法」は2005年に制定されました。この制定月が6月＝食育月間となったきっかけです。農林水産省が食育を推進する理由は、食育が「生きるうえでの基本」であり、「知育・徳育・体育の基礎となるもの」として重要視されているからです。国民生活や個人の人間性を健康的かつ文化的なものにする食育を積極的に推進することが、社会に活力を与えると考えています。

本校でも、6月15日(月)～6月18日(木)の4日間、埼玉県産の食材や郷土料理を普段より多く取り入れています。

- 15日(月)・・・かてめし(秩父市) 川島呉汁(川島町) ゼリーフライ(行田市)  
埼玉県産ブルーベリークレープ
- 16日(火)・・・埼玉県産しゃくしなを使用したチャーハン
- 17日(水)・・・埼玉県産小麦粉「さとのそら」を使用したきなこ揚げパン
- 18日(木)・・・味噌ポテト(秩父市)