



令和元年度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
3	月		ご飯	味噌汁 豚肉のしぐれ煮 しらす入り卵焼き	951kcal	34.7g
4	火		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
5	水		ウィンナー ピラフ	ブロッコリースープ アメリカンチェリー	833kcal	27.3g
6	木		ご飯	けんちん汁 鶏のから揚げ ほうれん草のソテー	973kcal	39.4g
7	金		カレーうどん	かにかまサラダ ヨーグルト	794kcal	25.5g
10	月		ご飯	味噌汁 豚肉の生姜焼き ごぼうサラダ	864kcal	34.5g
11	火		ご飯	コソメスープ 白身魚のトマトソースかけ じゃがいものカレー炒め	765kcal	36.5g
12	水	給食 試食会	ご飯	中華スープ 鶏肉とがゆーナツの炒め物 大根ときゅうりのキムチ風	883kcal	33.0g
13	木		ご飯	味噌汁 肉野菜炒め 揚げじゃがバター醤油	846kcal	31.4g
14	金		かてめし	味噌汁 ゼリーワイ ほうれん草とひじきのサラダ 埼玉県産ブルーベリーソースのミルクプリン	915kcal	28.1g
17	月		ご飯	味噌汁 彩の国納豆 大和芋入りお好み焼き 小松菜とじゃこの炒り煮	858kcal	31.8g
18	火		ご飯	野菜碗 鶏肉のねぎ味噌焼き なすのみぞれ和え	820kcal	31.8g
19	水	○	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
20	木		ご飯	つみっこ さばの南蛮漬け 埼玉県産野菜のごま味噌サラダ	927kcal	37.1g
21	金		パスタとほうれん草の クリームパスタ	アメリカンドック グレープフルーツ	1093kcal	37.0g
24	月		豚丼	いその香和え 桂木ゆずゼリー	871kcal	34.4g
25	火		ご飯	味噌汁 アジの梅香ソースかけ ひじきと豚肉の煮物	800kcal	35.7g
26	水		こどもパン	ニョッキクリームスープ チキンバジルソース焼き カポナータ	924kcal	37.0g
27	木		ポークカレー	カラフルサラダ 冷凍パイ	898kcal	29.1g
28	金	○	鶏野菜うどん	和風サラダ ブルーベリーケーキ	844kcal	30.7g

※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。



旅する給食 6月「イタリア」



イタリア料理は、フランス料理の原型であり、西洋料理の母的存在と言われています。比較的温暖な気候に恵まれており、色彩に富んだ料理が特徴的です。下記に料理の一部を紹介します。

- ・ニョッキクリームスープ…「ニョッキ」はパスタの一種で、じゃがいもと小麦粉を混ぜて作られています。モチモチした触感が美味です！
- ・カポナータ…ナスなどの野菜をトマトピューレで煮込んだ料理。カポナータに似た料理に「ラタトゥイユ」がありますが、こちらはフランス発祥の料理です。

