



# 令和元年度7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	
1	月		ご飯	コンソメスープ ビーフハンバーグ ハムのマリネ	900kcal	35.1g	
2	火		ご飯	じゃがベースープ 豚肉のBBQソース 和風ツナマヨサラダ	905kcal	33.6g	
3	水		モチ玄米 入りご飯	味噌汁 鶏肉のたれカツ スティック野菜サラダ	883kcal	33.3g	
4	木		ご飯	豆腐とたまごのスープ さばの塩焼き なす田楽	884kcal	41.2g	
5	金		大根おろしと ツナのパンケーキ	たまごサラダ サターアングリー	896kcal	34.2g	
8	月		ドライカレー	キャベツのさっぱりレモンサラダ 冷凍マンゴー	920kcal	31.8g	
9	火		ご飯	冬瓜スープ 丼明太マヨネーズ 焼き 白滝と野菜の炒め物	894kcal	36.7g	
10	水	○	スラッピー ジョー	ガンボスープ フライドポテト 	847kcal	32.7g	
11	木	○	親子丼	すまし汁 油揚げのパリパリサラダ	735kcal	32.5g	
12	金	○	冷やしわかき揚げ うどん	焼き肉サラダ 杏仁豆腐	777kcal	23.5g	
16	火	○	ジューシー	もずくスープ ししゃもフライ とうもろこし パインアップル デザート	825kcal	26.0g	
17	水	○	ご飯	味噌汁 豚と彩野菜の柚子胡椒炒め しゅうまい	840kcal	31.4g	
18	木	○	  おたのしみ給食  				

※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7月「アメリカ」



「スラッピージョー」…サンドイッチの一種で、ミートソースのような具をパンにはさんで食べます。英語では"sloopy joe"と書きます。sloopyとは「だらしない」の意であり、美味しく食べてほおばったときに具がこぼれ落ちることからその名がついたといわれています。

「ガンボスープ」…オクラでとろみをつけたスープです。ガンボとはアフリカ語でオクラの意であり、かつてアフリカの奴隷がアメリカにオクラを運んできたことからこの料理が生まれたそうです。シーフード入りで旨味たっぷりです。

「フライドポテト」…アメリカ料理に欠かせないのが、みなさんも大好きなフライドポテト。冷凍のものは使わず、一から手作りしたものを提供します。

