



令和3年度10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	金		チキンカツカレー	野菜の甘酢漬け ゆずゼリー	971kcal	39.5g
4	月		ひき肉ともやしの あんかけ丼	五目スープ 中華風ポテトサラダ	844kcal	33.7g
5	火		ご飯	味噌汁 炒り鶏 さつまいもの和風サラダ	840kcal	31.0g
7	木		きのこ和風 スパゲッティ	小松菜とわかめのサラダ フルーツ和え	835kcal	28.5g
8	金		ご飯	味噌汁 さばの香り付け揚げ 磯和え	872kcal	34.3g
11	月		ご飯	なめこ汁 ジャが豚キムチ ブロッコリーのナムル	811kcal	29.6g
12	火		ご飯	味噌汁 和風ハンバーグきのこソース かぼちゃのガーリックソテー	852kcal	29.4g
13	水		きのこうどん	いなり寿司 オレンジ	952kcal	29.9g
14	木		中華丼	中華スープ 梨ゼリー	806kcal	28.3g
15	金		ご飯	味噌汁 かじきの和風ステーキ きんぴらサラダ	783kcal	34.2g
18	月		ご飯	わかめスープ 家常豆腐 こんにゃくサラダ	893kcal	34.6g
19	火		ご飯	味噌汁 さんまの塩焼き ワサビ和え	797kcal	31.2g
20	水		ご飯	けんちん汁 鶏の唐揚げレモンソースかけ 切干大根サラダ	932kcal	34.1g
21	木		味噌ラーメン	揚げしゅうまい 杏仁豆腐	863kcal	35.4g
22	金		ご飯	レタススープ ミートローフ 彩り野菜のピクルス	859kcal	32.6g
25	月		回鍋肉丼	卵と木耳のスープ マンゴープリン	869kcal	33.4g
26	火		ご飯	味噌汁 鮭とれんこんのオイスター炒め キャベツのさっぱりサラダ	803kcal	34.9g
27	水		ご飯	サンラータン 麻婆なす もやしと海苔のナムル	894kcal	30.7g
28	木	Happy Halloween	ご飯	ミネストローネ 鶏肉のマーマレード焼き キャベツとリンゴのサラダ パンプキンドーナツ	939kcal	31.8g

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。



10月28日はハロウィンの行事食です



現在ではすっかり一大イベントとして浸透しているハロウィン。

欧米では、ハロウィンに「ジャック・オ・ランタン」という南瓜の提灯を飾り、子供たちは仮装し近所の家々からお菓子をもらうそうです。10月28日の献立は洋食で、デザートにはパンプキンドーナツを提供します！

