




# 平成30年度9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
4	火		ポークカレー	コーンサラダ フルーツヨーグルト	934kcal	34.5g
5	水		ご飯	モロハイヤスープ ゴーヤチャンプルー なす田楽	880kcal	39.3g
6	木		豚丼	味噌汁 もずくのさっぱり和え	798kcal	32.3g
7	金	○	冷やし胡麻だれ うどん	ちくわ天2色揚げ マスカットゼリー	842kcal	35.4g
10	月		ご飯	にらたま汁 豚と彩野菜の柚子胡椒いため かぼちゃの含め煮	826kcal	31.0g
13	木		ご飯	コンソメスープ ミートボールのトマト煮込み 粉ふきいも	893kcal	34.0g
14	金		カレー焼きそば	カラフルサラダ 紅芋もちもち団子	859kcal	28.5g
18	火		ご飯	ビーフンスープ 鶏肉のごまみそ焼き もやしの塩だれ炒め	821kcal	37.8g
19	水		ご飯	味噌汁 かじきの和風ステーキ レンコンの炒め煮	768kcal	36.3g
20	木		回鍋肉丼	わかめスープ もやしと海苔のナムル	792kcal	30.9g
21	金		肉みそうどん	からし和え アロエヨーグルト	877kcal	33.8g
25	火		ご飯	すまし汁 さばの南蛮漬け 里芋のそぼろあんかけ 白玉フルーツソフ	898kcal	31.0g
26	水		パエリア	ソパ・デ・アホ (にんにくスープ) トルティージャ サングリア風ゼリー	947kcal	40.6g
27	木		ご飯	味噌汁 豚肉のスタミナ炒め おほか和え	854kcal	33.7g
28	金		スパゲティ ナポリタン	レタススープ 和梨	890kcal	29.6g

※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。

## 今月の世界の料理<スペイン>

今月は情熱の国、スペインの料理です！スペイン料理は山の幸と地中海の海の幸を活かした料理で知られています。

◇**パエリア**…バレンシア語で「フライパン」を意味する。平たい鍋で作る炊き込みご飯。

◇**ソパ・デ・アホ**…にんにくのスープ。アホは「にんにく」を意味する。

◇**トルティージャ**…厚焼きのオムレツ。一般のオムレツのように袋型にまとめることはせず、フライパンの形のままに焼き上げることが特長。

◇**サングリア風ゼリー**…サングリアはワインや果物を使ったスペインを代表するお酒。給食ではお酒を出せないなので、それに見立てたゼリーを作ります。



## 【十五夜献立】9月25日(火)

9月24日(月)は十五夜です。給食では翌日の25日(火)に十五夜献立を出します。

十五夜には、満月に見立てた丸い団子や里芋、ススキをお供えます。これらのお供えには、無事に農作物を収穫できたことへの感謝の気持ちが込められています。

