



# 平成30年度2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		焼きうどん	揚げだし豆腐 りんごヨーグルト	843kcal	32.1g	
4	月		ご飯	けんちん汁 いわしの蒲焼き おかか和え きなこ豆	792kcal	31.3g	
5	火		鶏ごぼうピラフ	スティック野菜サラダ さつまいものごま団子	873kcal	30.2g	
6	水		ご飯	カルビタン チーズタッカルビ キムナムル	811kcal	34.2g	
7	木		ご飯	味噌汁 豚肉の生姜焼き 竹輪と大根の煮物	812kcal	33.9g	
8	金		スパゲティ ナポリタン	ジュリエンヌスープ キウイフルーツ	878kcal	30.8g	
12	火		ご飯	酸辣湯 手作り春巻き いかと野菜の中華和え 杏仁豆腐	831kcal	32.7g	
13	水		ご飯	味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き はりはり漬け	739kcal	36.4g	
14	木		ご飯	コンソメスープ ハンバーグ ジャーマンポテト ココアプリン	976kcal	36.8g	
15	金	○	4年生卒業お祝い献立				
18	月		ご飯	イカフライ&ハムカツ コールスローサラダ	890kcal	38.5g	
19	火		ご飯	みぞれ汁 みそバタ肉じゃが 野菜の塩昆布和え	808kcal	30.8g	
20	水		オムライス	コーンサラダ フルーツヨーグルト	789kcal	28.4g	
21	木		ご飯	わかめスープ 生揚げの中華煮 彩の国ねぎみそ包子	790kcal	30.7g	
22	金		田舎うどん	かき揚げ アセロラゼリー	949kcal	29.7g	
25	月		ポークカレー	海藻サラダ いちご	880kcal	32.9g	
26	火		ご飯	ふわふわ玉子スープ 青菜のガーリックソテー	782kcal	32.7g	

※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。

## 今月の世界の料理<韓国>

韓国料理は朝鮮料理、大韓料理とも呼ばれています。

☆**カルビタン**…タンとはスープのことで、カルビのスープです。

☆**チーズタッカルビ**…タッは鶏肉、カルビは骨付き肉のこと。現代は骨なし肉を使うことが多くなったそうです。給食のタッカルビももちろん骨なし肉です。

☆**キムナムル**…キムは海苔、ナムルはゴマ油や調味料で和えた物を意味します。給食で出すナムルの中でも人気の高いメニュー！

\*「カルビ」とついているメニューが2つもあります！

カルビは韓国語であばら骨を意味しますが、韓国料理ではバラ肉を使います  
主に牛肉を指しますが、豚肉、鶏肉でもカルビといいます。

