



令和元年度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
3	火		トマトチキンカレー	アーモンドサラダ ソフールヨーグルト	973kcal	34.7g
4	水		ご飯	味噌汁 ゴーヤチャンプルー 春雨サラダ	849kcal	34.6g
5	木		ご飯	モロヘイヤのたまごスープ かじきのピザ焼き 野菜のソテー	812kcal	39.0g
6	金	○	ソース焼きそば	海藻サラダ ピーナッツ蒸しパン	888kcal	27.6g
9	月		プルコギ丼	味噌汁 もずくのさっぱり和え	830kcal	33.3g
12	木		はちみつパン	コンソメスープ ポテトグラタン グリーンサラダ	886kcal	30.7g
13	金		ご飯	すまし汁 揚げ鶏の南蛮漬け おかしな目玉焼き	917kcal	32.4g
17	火		ご飯	ゆずスープ ミートボールのトマト煮込み コールスローサラダ	909kcal	34.6g
18	水		ご飯	味噌汁 さばのごま焼き 冬瓜のそぼろあん	866kcal	37.8g
19	木		回鍋肉丼	スーミータン 巨峰	877kcal	33.7g
20	金		海老のパザル クリームパゲティ	コンソメスープ コーヒーゼリー	852kcal	31.9g
24	火		ご飯	ビーフスープ 鶏肉のごまみそ焼き ニラもやし炒め	836kcal	38.3g
25	水		パエリア	ソパ・デ・アホ トルティージャ サングリア風ゼリー	913kcal	40.9g
26	木		ご飯	豆腐のピリ辛スープ 手作り春巻き もやしと海苔のナムル	834kcal	29.3g
27	金		肉みそうどん	からし和え フルーツヨーグルト	914kcal	32.8g
30	月		ご飯	味噌汁 肉豆腐 じゃこのりサラダ	810kcal	33.3g

※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9月「スペイン」



今月は情熱の国、スペインの料理です。

このメニューは昨年度大変好評だったため、今年ももう一度同じメニューを出します！

◇**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**…厚焼きのオムレツですが、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で焼き上げることが特長。

◇**サングリア風ゼリー**…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。