



6月献立表



令和2年度

埼玉県立春日部高等学校

定時制

日	献立名	主な材料名			栄養量	
		牛乳 主食・主菜・副菜	体の組織をつくる	エネルギーになる	体の調子を整える	エネルギー kcal
15月	○ ご飯 ふりかけ 石狩汁	牛乳, 鮭, 豆腐, みそ	米, じゃがいも	だいこん, にんじん, ごぼう, キャベツ, しめじ	674	39.9
16火	○ ご飯 ふりかけ 石狩汁	牛乳, 鮭, 豆腐, みそ	米, じゃがいも	だいこん, にんじん, ごぼう, キャベツ, しめじ	674	39.9
17水	○ キャロットライス クラムチャウダー	牛乳, あさり, ベーコン, 豆乳	米, 油, じゃがいも, バター	にんじん, どうもろこし, 玉葱, にんじん, しめじ, キャベツ	679	22.3
18木	○ キャロットライス クラムチャウダー	牛乳, あさり, ベーコン, 豆乳	米, 油, じゃがいも, バター	にんじん, どうもろこし, 玉葱, にんじん, しめじ, キャベツ	679	22.3
19金	○ 五目あんかけうどん 鉄鍋餃子	牛乳, 豚肉	うどん, さといも, 三温糖, かたくり粉	はくさい, にんじん, もやし, たけのこ, こまつな	540	27.5
22月	○ チキンカレーライス ズッキーニのコンソメスープ	牛乳, 鶏肉, ベーコン	米, おおむぎ, 油, じゃがいも	にんじん, 玉葱, ズッキーニ, トマト	817	31.6
23火	○ ターメリックライス ミネストローネ	牛乳, 大豆, ベーコン	米, 油, じゃがいも, マカロニ	にんじん, 玉葱, キャベツ, トマト	673	20.6
24水	○ 中華丼 わかめスープ	牛乳, わかめ, 豚肉, えび, いか, あさり	米, 油, 三温糖, ごま油, かたくり粉, ごま	たけのこ, もやし, キャベツ, にんじん, 玉葱, チンゲンツアイ, きくらげ, だいこん	636	34.2
25木	○ わかめご飯 豚汁 冷凍りんご	牛乳, わかめ, 豚肉, 豆腐, みそ	米, 油, さといも, こんにゃく	ごぼう, だいこん, にんじん, こまつな 冷凍りんご	677	33.9
26金	○ 黒パン きのこ野菜のスープ 狭山和紅茶ゼリー	牛乳, 鶏肉	黒パン, 紅茶ゼリー	キャベツ, にんじん, だいこん, もやし, えのきたけ, しめじ, エリンギ, 干し椎茸	458	27.5
29月	○ 豚肉のしぐれ煮丼 けんちん汁 ももゼリー	牛乳, 豚肉, 豆腐	米, 油, しらたき, 三温糖, さといも, ももゼリー	玉葱, にんじん, えのきたけ, だいこん, こまつな, 干し椎茸	698	33.3
30火	○ マーボー丼 中華風たまごスープ	牛乳, 豆腐, 豚肉, 大豆ミート, みそ, たまご	米, 油, 三温糖, ごま油, かたくり粉	玉葱, にんじん, ねぎ, たけのこ, にら, 干し椎茸, だいこん, きくらげ, えのきたけ	809	38.0

※献立表にすべての食材等が載っているわけではありません。食材等の都合により事前連絡なしで献立を変更することがあります。

給食がはじまります！



生徒のみなさんへお願いとお知らせ
 新型コロナウイルス感染症対策として給食の配膳方法、喫食
 の仕方に変更があります。給食スタッフ一同対策をし、給食
 提供をしていきます。生徒の皆さんのご協力をお願いします。

