

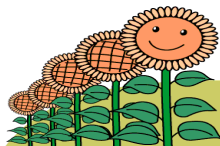


7月献立表

令和8年度

熊本工業高校定時制

日	曜	主食	牛乳	おかず	カロリー	アレルギー
1	水	セルフバーガー		ごぼうサラダ、コンソメスープ	858	乳、卵
2	木	麦ご飯		ゴーヤチャンプルー、イナムドリチ	729	乳、卵
3	金	古代米ご飯		鶏肉のマーマレード焼き、野菜ソテー、すまし汁	797	乳
4	土					
5	日	ナン		チキンカレーインド風、アスパラサラダ、コーヒーゼリー	740	乳
6	月	振替休日		熊工Day		
7	火	きびご飯		コロッケ、魚そうめん汁、れんこんのきんぴら、セタゼリー	813	乳、卵
8	水	食パン		冷やし中華、餃子	866	乳、卵
9	木	ハヤシライス		ツナサラダ、ジューシー	870	乳
10	金	ご飯		肉じゃが、キャベツとパインのサラダ	770	乳
11	土					
12	日					
13	月	麦ご飯		千草焼き、肉団子と冬瓜のスープ、れんこんのごま和え	692	乳、卵
14	火	高菜めし		ちくわの磯辺揚げ、すまし汁	785	乳
15	水	コッペパン		スパゲティナポリタン、赤玉葱のマリネサラダ	759	乳
16	木	麦ご飯		鮭のチーズ焼き、ゆかり和え、豚汁	805	乳
17	金	夏野菜のカレー		フレンチサラダ、福神漬	854	乳
18	土			夏季休業		
19	日					
20	月	海の日				
21	火					
22	水					
23	木					
24	金					
25	土					
26	日					
27	月					
28	火					
29	水					
30	木					
31	金					



☆材料の仕入れ状況により献立の一部を変更する場合があります。



暑さに負けず!夏を元気に過ごしましょう。

いよいよ夏本番!今年の夏も厳しい暑さが予想されます。
熱中症や夏バテを防ぐには、食生活が必要です。
こまめな水分補給を心がけ、元気に夏休みを迎えましょう。

