

【学校給食献立表】					
(2020)					
令和 2年		7月分		熊本県立湧心館高等学校	
日 曜	主 食	牛乳	おかず	アレルギー	kcal
1 水	エビピラフ	牛乳	野菜のスープ ピーマンのじゃこ和え みかん果汁	えび	838
2 木	ごはん	牛乳	炒り豆腐 中華和え 茄子の味噌汁		898
3 金	ソースかつ丼	牛乳	ポイルキャベツ 沢煮椀 すいか	すいか	894
4 土					
5 日					
6 月	ミルクパン	牛乳	あんかけパリパリ焼きそば しゅうまい	いか	877
7 火	鰻丼	牛乳	おくらと大根のあえ物 すまし汁 セタゼリー		871
8 水	生姜ごはん	牛乳	じゃがいものそばろ煮 トマトサラダ 玉ねぎの味噌汁	トマト	889
9 木	ごはん	牛乳	筑前煮 バンサンスー わかめの味噌汁		903
10 金	ごはん	牛乳	麻婆茄子 ごまネーズサラダ サンラータン		841
11 土					
12 日					
13 月	黒糖パン	牛乳	五目ビーフン かみかみサラダ	いか・えび	748
14 火	麦ごはん	牛乳	魚の西京焼き じゃが芋の金平 玉ねぎとわかめの味噌汁		829
15 水	たこめし	牛乳	あおさ汁 春雨サラダ ばんかんゼリー		675
16 木	ごはん	牛乳	豆腐のカレー煮 野菜と貝柱のスープ みかん果汁	貝柱	903
17 金	ごはん	牛乳	チキン南蛮 卵の花 えのきの味噌汁		948
18 土					
19 日					
20 月	コッペパン	牛乳	ビーフシチュー コールスローサラダ ムース		969
21 火	麦ごはん	牛乳	ゴーヤチャンプルー イナムドウチ きゅうり漬け		860
22 水	ビビンバ	牛乳	ヨーグルト和え わかめスープ		874
23 木	海 の 日				
24 金	ス ポ ー ツ の 日				
25 土					
26 日					
27 月	玄米パン	牛乳	冷やし中華 餃子		921
28 火	きびごはん	牛乳	魚のエスカベージュ ベーコン炒め 豆腐の味噌汁		779
29 水	三色丼	牛乳	三色丼 磯の香和え そうめん汁		809
30 木	ごはん	牛乳	回鍋肉 中華サラダ かぼちゃの味噌汁		897
31 金	夏野菜カレー	牛乳	アーモンドサラダ フルーツ白玉 福神漬け		884

* 都合により献立の一部を変更する場合があります。