

【学校給食献立表】						
(2020)						
令和 2年		9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	火	麦ごはん	牛乳	魚の煮付け きりざい(新潟) 茄子の味噌汁		784
2	水	わかめごはん	牛乳	和風ハンバーグ 豆腐の味噌汁		855
3	木	ごはん	牛乳	親子煮 バンサンスー 玉ねぎの味噌汁		864
4	金	麦ごはん	牛乳	とり肉の香味ソース揚げ スーミータン		884
5	土					
6	日					
7	月	コッペパン	牛乳	ビーフシチュー マカロニサラダ		952
8	火	麦ごはん	牛乳	白身魚の甘酢あんかけ もらくもスープ		867
9	水	きのこごはん	牛乳	おくらと大根のあえ物 そうめん汁		805
10	木	ごはん	牛乳	ゴーヤチャンプルー なめこの味噌汁 きゅうり漬け		785
11	金	チキンライス	牛乳	野菜スープ フルーツムース		797
12	土					
13	日					
14	月	ココアパン	牛乳	ジャージャー麺 わかめスープ 梨		960
15	火	麦ごはん	牛乳	魚のピザソース ひじきサラダ えのきの味噌汁		809
16	水	カリカリ梅ごはん	牛乳	手羽元のさっぱり煮 ゴーヤのサラダ 冬瓜スープ		793
17	木	ごはん	牛乳	麻婆豆腐 もやしのナムル 春雨スープ		883
18	金	高菜ごはん	牛乳	高森田楽風 しらたま汁		778
19	土					
20	日					
21	月	敬 老 の 日				
22	火	秋 分 の 日				
23	水	エビピラフ	牛乳	ピーマンのじゃこ和え 中華スープ	えび	830
24	木	ごはん	牛乳	豚肉の生姜焼き やさい炒め かぼちゃの味噌汁		861
25	金	ごはん	牛乳	チキンのきのこソース キャベツの味噌汁 フルーツきんとん		892
26	土					
27	日					
28	月	ミルクパン	牛乳	ソース焼きそば アセロラゼリー	いか・えび	935
29	火	きびごはん	牛乳	焼魚 茹で干し大根の煮物 じゃがいもの味噌汁		823
30	水	キーマカレー	牛乳	ツナサラダ 福神漬け		916

* 都合により献立の一部を変更する場合があります。