



# 静岡県立科学技術高校定時制給食 献立表

令和 7年6月



日	曜日	主食	主菜	汁物	小鉢	小鉢			エネルギー量
2	月	カレーうどん			竹輪の天ぷら	ごぼうのサラダ	フルーツ	牛乳	887Kcal
3	火	わかめご飯	魚のホイル焼き	すまし汁	キャベツの味噌炒め	ポテトサラダ		牛乳	865Kcal
4	水	パン	ポークビーンズ		コロケ	ブロッコリーの和え物	フルーツ	牛乳	860Kcal
5	木	白飯 	鶏肉の照焼き	味噌汁	厚揚げの煮物	小松菜の和え物		牛乳	895Kcal
6	金	白飯	アジフライタルタルソース	味噌汁		胡瓜の酢の物	ゼリー	牛乳	896Kcal
9	月	ハヤシライス		コンソメスープ		シーザーサラダ	フルーツ	牛乳	856Kcal
10	火	白飯	麻婆豆腐	中華スープ	春巻	ナムル		牛乳	876Kcal
11	水	パン 	レモンペッパーチキン	コーンスープ	ジャーマンポテト	温野菜サラダ		牛乳	876Kcal
12	木	白飯	ハンバーグ	味噌汁	根菜金平	フレンチサラダ		牛乳	876Kcal
13	金	白飯	さわらの和風ステーキ	味噌汁	ひじきの煮物	チンゲン菜の和え物		牛乳	863Kcal
16	月	白飯	フライ盛り合わせ	味噌汁	白滝とハムの炒め物	大根サラダ		牛乳	912Kcal
17	火	肉うどん			かき揚げ	いんげんおかか和え	プリン	牛乳	845Kcal
18	水	白飯	豚肉の味噌焼き	すまし汁	豆腐のきのこあん	法蓮草の和え物		牛乳	894Kcal
19	木	白飯 	チンジャオロースー	中華スープ	揚げ餃子		フルーツ	牛乳	890Kcal
20	金	白飯	鶏肉の唐揚げ	味噌汁	じゃが芋の煮物	塩昆布和え		牛乳	905Kcal
23	月	白飯	白身魚のフリッター	味噌汁	こんにゃくピリ辛炒め	ビーンズサラダ		牛乳	850Kcal
24	火	親子丼 		味噌汁		根菜サラダ	フルーチェ	牛乳	873Kcal
25	水	白飯	豚カツ	すまし汁	ふろふき大根	ピーナッツ和え		牛乳	891Kcal
26	木	和風きのこスパゲティ			ミニメンチカツ	ブロッコリーサラダ	杏仁豆腐	牛乳	864Kcal
27	金	お休み							
30	月	白飯	肉豆腐	味噌汁	野菜炒め	お浸し		牛乳	873kcal

