

静岡県立科学技術高校定時制給食 献立表

令和7年 11月

日	曜日	主食	主菜	汁物	小鉢	小鉢			エネルギー量
3	月	文化の日							
4	火	白飯	鶏肉の照り焼き	味噌汁	金平ごぼう	温野菜サラダ		牛乳	853Kcal
5	水	パン	白身魚の香草パン粉焼き	コーンスープ	キャベツのカレーソテー	マカロニサラダ		牛乳	866Kcal
6	木	白飯	肉団子甘酢あん	わかめスープ	春巻	青梗菜の和え物		牛乳	889Kcal
7	金	白飯	ヤンニョムチキン	中華スープ		ナムル	フルーツ寒天	牛乳	860Kcal
10	月	きつねうどん			メンチカツ	青菜の胡麻ドレ和え	フルーツ	牛乳	856Kcal
11	火	三色丼		けんちん汁		ひじきと豆のサラダ	ゼリー	牛乳	919Kcal
12	水	パン	魚のカレー揚げ		ポトフ	コールスローサラダ		牛乳	882Kcal
13	木	白飯	豚肉の生姜炒め	味噌汁	厚揚げのおろし煮	いんげんの和え物		牛乳	853Kcal
14	金	白飯	チキン南蛮	すまし汁	こんにゃくのピリ辛炒め		プリン	牛乳	903Kcal
17	月	白飯	ポークピカタ	味噌汁	野菜炒め	ブロッコリーのおかか和え		牛乳	898Kcal
18	火	カレーライス		コンソメスープ		ごぼうサラダ	フルーツカクテル	牛乳	899Kcal
19	水	白飯	アジフライ	すまし汁	ふろふき大根	白菜の香りและ		牛乳	896Kcal
20	木	きのこあんかけうどん			かき揚げ	ポテトサラダ	フルーチェ	牛乳	812Kcal
21	金	わかめご飯	鯖の塩焼き	味噌汁	ロールキャベツ	ほうれん草のお浸し		牛乳	848Kcal
24	月	振替休日							
25	火	白飯	タンドリーチキン	コンソメスープ	さつま芋の甘辛炒め	シーザーサラダ		牛乳	861Kcal
26	水	白飯	チンジャオロースー	中華スープ	揚げ餃子	春雨サラダ		牛乳	896Kcal
27	木	白飯	チキンのクリーム煮	コンソメスープ	もやしのカレー炒め	キャベツの和え物		牛乳	872Kcal
28	金	ミートソーススパゲティ		コンソメスープ		海藻サラダ	フルーツゼリー	牛乳	850Kcal