

# 川越中学校ランチサービス

12月献立表

日	曜日		主食	献立名	栄養価
	月				
	火				
	水				
1	木		ごはん	<b>★鶏の南部焼き</b> ・野菜のクリーム煮 ・ほうれん草じゃこ和え ・マカロニグラタン ・みかん缶	エネルギー 868 kcal 蛋白質 26.6 g 脂質 26.9 g 塩分 3.4 g
2	金		ごはん	<b>★鯖とワカサギの香味あげ</b> ・大根と竹輪の煮物 ・小松菜の干海老炒め ・大学芋 ・	エネルギー 782 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 21.9 g 塩分 2.6 g

写真はイメージです。ご了承ください



麺・パン・味つけご飯は各自で混ぜてお召し上がりください

このマークは配膳員によるホットサービスメニューです。温かい食事をぜひどうぞ！