

川越中学校デリバリー給食

1月献立表

日	曜日		主食	献立名	栄養価
9	月				
10	火				
11	水		ごはん	★ポークハヤシライス ・カレーコロッケ ・野菜サラダ ・小松菜の胡麻和え ・チーズ	エネルギー 767 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 20.6 g 塩分 2.8 g
12	木		ごはん	★豚カツ ・野菜とブロッコリーソテー ・ポテトサラダ ・高野豆腐と大豆の煮物 ・フルーツ寒天	エネルギー 818 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 22.1 g 塩分 2.7 g
13	金		ごはん	★鮭のマヨネーズ焼き ・ワカサギカレー竜田揚げ ・菜の花辛子和え ・マカロニサラダ ・フルーツ缶	エネルギー 864 kcal 蛋白質 29.5 g 脂質 27.3 g 塩分 2.1 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！