

川越中学校デリバリー給食

2月献立表

日	曜日	主食	献立名	栄養価
20	月		★ピリ辛イカフライ ・肉団子の甘辛あん ・高野豆腐煮 ・蓮根と小魚の胡麻がらめ ・小松菜わかめ和え	エネルギー 822 kcal 蛋白質 28 g 脂質 19.6 g 塩分 3.6 g
21	火		★エビフライと白身フライ ・マカロニカレーソテー ・牛蒡サラダ ・小松菜と干しエビのあえもの ・白玉きな粉	エネルギー 775 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 18.4 g 塩分 3.2 g
22	水		★さごしの照焼 ・メンチカツ ・オムレツのビーンズソースがけ ・スパサラダ ・高野のピザ風	エネルギー 857 kcal 蛋白質 33.54 g 脂質 24.7 g 塩分 3.2 g
23	木		★ハンバーグデミソース ・野菜サラダ ・小松菜おかか和え ・フライドポテト ・果物	エネルギー 851 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 26.6 g 塩分 3.4 g
24	金		★ポーク焼肉 ・しゅうまい ・ワカサギ唐揚げ ・ブロッコリーサラダ ・プチゼリー	エネルギー 864 kcal 蛋白質 31.4 g 脂質 22.8 g 塩分 2.5 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！