

5月

川越中学校デリバリー給食

献立表

日	曜日	主食	献立名	栄養価
13	月		★鶏肉の胡麻味噌焼き ・肉じゃが ・春雨サラダ ・高野豆腐煮 ・キャンディーチーズ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 863 kcal 蛋白質 33.7 g 脂質 28.6 g 塩分 2 g
14	火		★鮭のケチャップ煮 ・筑前煮 ・たまねぎとベーコンの炒り卵 ・磯香和え ・あげたこ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・サケ・りんご・ゼラチン)	エネルギー 849 kcal 蛋白質 31.6 g 脂質 28.2 g 塩分 2.7 g
15	水	 HOTサービス	★HOT豚すき丼 ・コロッケ ・青梗菜中華炒め ・ナポリタンスパゲティ ・小籠包 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・りんご・ゼラチン)	エネルギー 852 kcal 蛋白質 29.5 g 脂質 24.7 g 塩分 3.2 g
16	木		★鶏肉の唐揚げ ・ピーマンソテー ・野菜おかか和え ・ポテトサラダ ・メープルプテケーキ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・りんご・ごま)	エネルギー 902 kcal 蛋白質 30 g 脂質 34.4 g 塩分 1.9 g
17	金		★チンジャオロース ・イカリング ・マセドアンサラダ ・小松菜のわさび和え ・玉子焼き アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・イカ・ごま)	エネルギー 812 kcal 蛋白質 31.3 g 脂質 23.3 g 塩分 2.3 g
20	月		★ブリ照り焼き ・厚揚げキムチ煮 ・ポパイサラダ ・れんこん金平 ・さつまいもの満月煮 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・えび・ごま・りんご)	エネルギー 848 kcal 蛋白質 30.7 g 脂質 23.7 g 塩分 2.9 g
21	火		★オムレツハヤシソース ・大根の煮物 ・肉団子のケチャップ煮 ・小松菜ゴマ和え ・昆布豆 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・ごま・りんご)	エネルギー 875 kcal 蛋白質 29.7 g 脂質 23.7 g 塩分 5 g
22	水	 HOTサービス	★HOTピビンバ ・竹輪の磯辺揚げ ・ほうれん草のベーコンソテー ・きんぴらごぼう ・ずんだ餅 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 850 kcal 蛋白質 32.9 g 脂質 20 g 塩分 3.7 g
23	木		★豚の生姜焼き ・しゅうまい ・カリフラワーのサラダ ・小松菜のツナ和え ・白菜のサワー漬 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ゼラチン・りんご)	エネルギー 819 kcal 蛋白質 31.1 g 脂質 21.2 g 塩分 2.6 g
24	金		★餃子フライ ・カレーピーフン ・じゃがいもの旨煮 ・ほうれん草の和え物 ・ミニプリン アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・ごま)	エネルギー 868 kcal 蛋白質 31.7 g 脂質 16.5 g 塩分 2.8 g

日	曜日	主食	献立名	栄養価
27	月		★鶏のねぎ塩焼き ・切干大根煮 ・わかめの和え物 ・つきこん金平 ・透き通るおいしいゼリー アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・ごま・りんご)	エネルギー 869 kcal 蛋白質 31.9 g 脂質 31.6 g 塩分 1.6 g
28	火		★ハムチーズピカタ ・大根の信田煮 ・大豆トマト煮 ・春雨の酢の物 ・きなこ餅 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛)	エネルギー 906 kcal 蛋白質 35.6 g 脂質 10.3 g 塩分 1.8 g
29	水	 HOTサービ	★HOTシーフードカレー ・ミートオムレツ ・ほうれん草の千草和え ・キャベツとササミの胡麻サラダ ・アメリカンドッグ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・えび・イカ・りんご・ごま)	エネルギー 876 kcal 蛋白質 30.0 g 脂質 25.9 g 塩分 4.5 g
30	木		★さわらのムニエルレモンソースがけ ・厚揚げ中華炒め ・カレー煮 ・バターコーンコロッケ ・中華ポテト アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま)	エネルギー 852 kcal 蛋白質 29.4 g 脂質 26 g 塩分 1.3 g
31	金		★タンドリーチキン ・ジャーマンポテト ・中華サラダ ・小松菜ともやしのお浸し ・卵ロール アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 913 kcal 蛋白質 32.6 g 脂質 33.8 g 塩分 1.6 g

主食のごはんの量は、
小:170g
中:240g
大:310g から選べます。
(給食費は小中大とも同じです。)



このマークはホットサービスメニューです。
温かい食事をぜひどうぞ！

写真はイメージです。ご了承ください

