

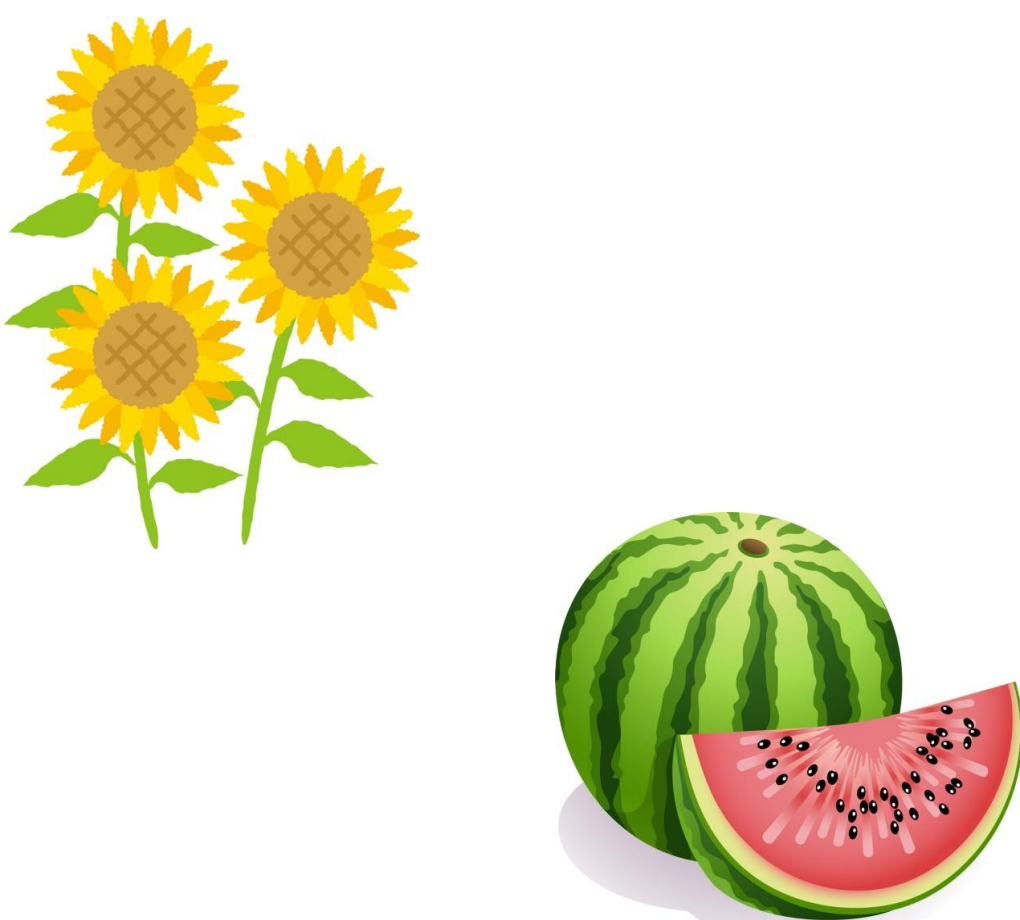
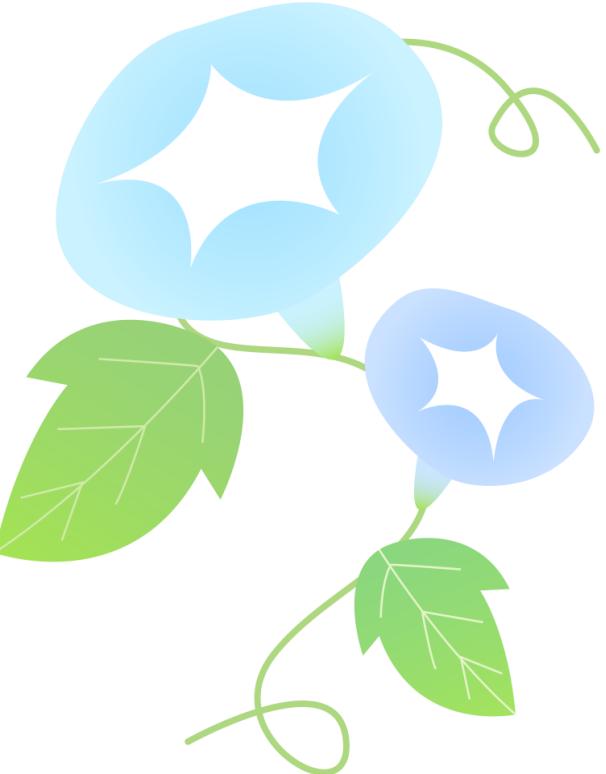
7月

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
3	月		★チキン南蛮 ・小松菜干しエビのソテー ・がんととかぼちゃ煮 ・ビーンズサラダ ・パインチビット缶 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・エビ・カニ・ごま)	エネルギー 902 kcal 蛋白質 28.5 g 脂質 33.0 g 塩分 1.6 g
4	火		★さばのカレームニエル ・ピーマンと茄子のじゃこ炒め ・肉団子(ケチャップ味) ・チンゲン菜としめじのナムル ・ピサンゴレン アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・さば・エビ・カニ・りんご・ごま・バナナ)	エネルギー 859 kcal 蛋白質 29.7 g 脂質 25.9 g 塩分 2.2 g
5	水	 HOTサービス	★HOT豚丼 ・春巻き&餃子 ・ブロッコリーソテー ・ハリハリ漬け ・インゲン胡麻和え アレルギー(大豆・小麦・豚・鶏・卵・乳・さば・ごま)	エネルギー 813 kcal 蛋白質 30.4 g 脂質 19.6 g 塩分 3.1 g
6	木		★ホキの香草パン粉焼き ・鶏ごぼう炒め煮 ・青梗菜のソテー ・枝豆おろし和え ・フライビーンズ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・カニ・ごま)	エネルギー 853 kcal 蛋白質 33.6 g 脂質 22.3 g 塩分 3.0 g
7	金		★ハンバーグ ・トマトソーめん ・人参レーズンサラダ ・ほうれん草の菜種和え ・星型杏仁豆腐 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま・りんご・オレンジ)	エネルギー 865 kcal 蛋白質 29.1 g 脂質 23.7 g 塩分 3.6 g
10	月		★サーモンフライ ・もやしチャンプルー ・ほうれん草のごま和え ・きゅうりの甘酢漬け ・きなこドーナッツ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・サケ・ごま・りんご)	エネルギー 723 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 17.2 g 塩分 2.5 g
11	火	 HOTサービス	★HOTキーマカレー ・ポテトサラダ ・キャベツササミごま和え ・ピーマンおかか和え ・枝豆のから揚げ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・りんご・ごま)	エネルギー 869 kcal 蛋白質 30.6 g 脂質 29.4 g 塩分 3.3 g
12	水	三者懇談会		
13	木	三者懇談会		
14	金	三者懇談会		

日	曜日	主食	献立名	栄養価
17	月	海の日 		
18	火		★唐揚げ ・オムレツきのこあんかけ ・にんじんのきんぴら ・なすの煮浸し ・ほうれん草のツナ和え アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ごま・ゼラチン)	エネルギー 840 kcal 蛋白質 29.3 g 脂質 29.4 g 塩分 2.2 g
19	水		★ビビンバ ・大根ツナ煮 ・バンバンジーサラダ ・粉ふき芋 ・アメリカンドッグ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・落花生・ごま・りんご)	エネルギー 813 kcal 蛋白質 28.9 g 脂質 22.1 g 塩分 3.2 g
20	木			
21	金			
24	月			
25	火			
26	水			
27	木	夏季休業 		
28	金			
31	月			



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

パンメニューや味つけご飯は各自で混ぜてお召し上がりください

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。)