

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
1	金		★COLDうどん ・天ぷら ・照り焼きチキン ・五目豆 ・りんごゼリー アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・牛・鶏・エビ・りんご・サバ)	エネルギー 902 kcal 蛋白質 32.8 g 脂質 32.7 g 塩分 2.8 g
4	月		★サケのゴーヤチャンプル ・ジャーマンポテト ・ひじき煮 ・ごぼうマヨ和え ・きなこドーナツ アレルギー(大豆・小麦・卵・牛・乳・豚・鶏・サケ・りんご・胡麻)	エネルギー 828 kcal 蛋白質 28.8 g 脂質 22.7 g 塩分 2.5 g
5	火		★鶏肉とじゃがいもの味噌バター炒め ・カレー春雨 ・コールスローサラダ ・高野豆腐煮 ・フルーツゼリー アレルギー(大豆・小麦・卵・牛・乳・りんご)	エネルギー 872 kcal 蛋白質 31.0 g 脂質 29.1 g 塩分 3.1 g
6	水	 HOTサービス	★HOT麻婆豆腐 ・蒸ししゅうまい ・ポテトサラダ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ごま・りんご)	エネルギー 887 kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 32.5 g 塩分 2.8 g
7	木		★タンドリーフィッシュ ・もやし炒め ・大豆トマト煮 ・チンゲン菜中華炒め ・中華ポテト アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・乳・ごま)	エネルギー 809 kcal 蛋白質 29.0 g 脂質 19.0 g 塩分 3.0 g
8	金	 HOTサービス	★HOT豚丼 ・コーンフライコロッケ & おさつコロッケ ・ほうれん草辛子和え アレルギー(大豆・小麦・卵・豚・鶏・乳・ごま・りんご)	エネルギー 840 kcal 蛋白質 29.4 g 脂質 21.2 g 塩分 2.5 g
11	月		★サワラのマヨパン粉焼き ・かぼちゃのそぼろ煮 ・小松菜のわさび和え ・大豆ケチャップ煮 ・里芋青のり揚げ アレルギー(大豆・小麦・卵・牛・鶏・りんご)	エネルギー 850 kcal 蛋白質 31.4 g 脂質 24.2 g 塩分 2.2 g
12	火		★豚肉と茄子の中華炒め ・洋風肉じゃが ・豆腐炒め ・パンサンスー ・ウインナードッグ アレルギー(大豆・小麦・卵・牛・鶏・豚・乳・胡麻・ゼラチン)	エネルギー 846 kcal 蛋白質 26.9 g 脂質 27.3 g 塩分 2.4 g

日	曜日	主食	献立名	栄養価
19	火	 HOTサービス	★HOT中華飯 ・唐揚げ ・高野豆腐煮 ・フルーツゼリー アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏)	エネルギー 837 kcal 蛋白質 29.8 g 脂質 27.3 g 塩分 2.0 g



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。)

