



4月

川越中学校デリバリー給食

献立表

日	曜日	主食	栄養価
10	金	 ★HOTシーフードカレー ・豚カツ ・青梗菜とさつまあげの炒め ・黒胡麻ドーナツ アレルギ―(大豆・小麦・卵・乳・豚・ごま・りんご)	エネルギー 778 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 15.4 g 塩分 2.3 g
13	月	 ★鶏の磯部揚げ ・大根の信田煮 ・コーンサラダ ・小松菜の和え物 ・キャンディーチーズ アレルギ―(大豆・小麦・卵・鶏・乳)	エネルギー 797 kcal 蛋白質 25.1 g 脂質 28.9 g 塩分 1.6 g
14	火	 ★サワラのチャンチャン焼き ・キャベツの韓国風和え ・ブロッコリーソテー ・なます ・大学芋 アレルギ―(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 753 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 17.7 g 塩分 2.1 g
15	水	 ★煮込みハンバーグ ・豆腐のおかか炒め ・三色金平 ・ピサンゴレン アレルギ―(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・乳・ごま)	エネルギー 760 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 19.1 g 塩分 1.9 g
16	木	 ★ホキの味噌野菜あん ・肉じゃが ・ベーコンサラダ ・南瓜の煮物 ・ミニプリン アレルギ―(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚)	エネルギー 780 kcal 蛋白質 24.2 g 脂質 17.8 g 塩分 1.9 g
17	金	 ★鶏のピリ辛トマト煮 ・アジフライ ・切干大根の金平 ・マカロニサラダ アレルギ―(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 868 kcal 蛋白質 26.4 g 脂質 28.6 g 塩分 2.2 g
20	月	 ★タラの南蛮タルタルソース ・大豆トマト煮 ・カリフラワーサラダ ・きんぴらごぼう ・マカロニカレーソテー アレルギ―(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・カニ・ゼラチン・りんご)	エネルギー 801 kcal 蛋白質 28.6 g 脂質 23.2 g 塩分 1.8 g
21	火	 ★鶏肉のレモンジンジャー焼き ・ゴーヤ炒め ・白菜のクリーム煮 ・玉子焼き ・れんこんチップス アレルギ―(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 812 kcal 蛋白質 29.8 g 脂質 29.2 g 塩分 1.8 g
22	水	 ★野菜卵あんかけ ・天ぷら ・ポテトサラダ ・みかんゼリー アレルギ―(大豆・小麦・卵・鶏・豚)	エネルギー 729 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 26.8 g 塩分 2.4 g
23	木	 ★豚の山賊炒め ・揚げ出し豆腐 ・野菜中華炒め ・春雨の酢の物 ・フライビーンズ アレルギ―(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ごま・ゼラチン)	エネルギー 824 kcal 蛋白質 28.2 g 脂質 25.8 g 塩分 2 g

日	曜日	主食	栄養価
24	金	 ★HOTチキンカレー ・エビフライ&白身フライ ・ほうれん草葉種和え ・きなこドーナツ アレルギ―(大豆・小麦・卵・乳・エビ・りんご)	エネルギー 810 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 22.5 g 塩分 2.1 g
27	月	 ★豚キムチ炒め ・ハンパングーサラダ ・ごぼうツナ炒め ・揚げしゅうまい ・メープルプチケーキ アレルギ―(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・エビ・りんご)	エネルギー 841 kcal 蛋白質 27.4 g 脂質 28.6 g 塩分 1.7 g
28	火	 ★HOTけんちん汁 ・唐揚げ 中華あんかけ ・高野豆腐含め煮 ・海藻サラダ アレルギ―(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・りんご・エビ)	エネルギー 733 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 19.1 g 塩分 2.7 g
30	木	 ★ピピンバ炒め ・大根のポトフ ・ブロッコリーのカニカママヨ和え ・さつまいもバター醤油炒め ・ごぼうチップ アレルギ―(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・カニ・ごま)	エネルギー 739 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 19.3 g 塩分 2.1 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。)

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



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!