

2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	水	 HOTサービス	★ビーフカレー ・カツ2種 ・ブロッコリーサラダ ・パイン缶 ◆	エネルギー 859 kcal 蛋白質 25.0 g 脂質 25.6 g 塩分 2.0 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・乳)				
2	木		★肉団子の甘酢あん ・ツナ肉じゃが ・ひじき煮物 ・春雨サラダ ・白菜のごま和え	エネルギー 840 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 23.1 g 塩分 2.5 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・牛・乳・カニ・ごま・ゼラチン)				
3	金		★豚と大根の煮物 ・里芋と竹輪の煮物 ・南瓜コロッケ ・グリーンサラダ ・きなこもち ◆ 今が旬	エネルギー 811 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 21.3 g 塩分 1.6 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・ごま・鶏・豚・乳)				
6	月		★鶏とゴボウの甘辛ごまからめ ・高野豆腐煮 ・こんにゃく金平 ・中華サラダ ・キャベツ洋風和え	エネルギー 821 kcal 蛋白質 27.2 g 脂質 26.2 g 塩分 2.2 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・ゼラチン)				
7	火		★チンジャオロース ・厚焼き玉子 ・春巻き 今が旬 ・小松菜ごま和え ・黄桃缶 ◆	エネルギー 783 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 23.7 g 塩分 2.2 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・エビ・カニ・ごま・りんご)				
8	水	 HOTサービス	★HOTピピンバ風クッパ ・切干大根の煮物 ・スパゲティサラダ ・小魚フライビーンズ	エネルギー 789 kcal 蛋白質 27.4 g 脂質 22.5 g 塩分 2.1 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・乳・エビ・カニ・りんご・ごま)				
9	木		★サワラのマヨパン粉焼き ・ナポリタンスパゲティ ・厚揚げ煮 ・レンコンピリ辛炒め 今が旬 ・ほうれん草の和え物	エネルギー 783 kcal 蛋白質 27.5 g 脂質 20.4 g 塩分 2.3 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚)				
10	金		★カレーコロッケ ・昆布の煮物 ・人参しりしり ・ごぼうサラダ ・なしゼリー	エネルギー 784 kcal 蛋白質 15.7 g 脂質 19.5 g 塩分 2.1 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・乳・ごま)				
13	月	 HOTサービス	★HOTハヤシチュー ・目玉フライ&コーンコロッケ ・ポパイサラダ ・フルーツゼリー ◆ 今が旬	エネルギー 805 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 23.8 g 塩分 2.1 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・ごま・鶏・豚・りんご)				
14	火		★サバの竜田揚げ ・こんにゃくの甘辛煮 ・レンコンサラダ ・揚げ茄子のお浸し ◆ ・チョコワッフル	エネルギー 818 kcal 蛋白質 25.9 g 脂質 25.1 g 塩分 2.2 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・カニ)				
15	水	 HOTサービス	★HOTカラフル麻婆豆腐 ・鶏肉の甘辛タレ焼き ・さつま芋のレモン煮 ・白菜ワカメ和え ◆	エネルギー 847 kcal 蛋白質 29.6 g 脂質 25.4 g 塩分 1.6 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・サバ・胡麻・ゼラチン・落花生)				
16	木		★サケの味噌漬け焼き ・がんもの煮物 ・ピーマン炒め ・豆サラダ ・アメリカンドッグ	エネルギー 804 kcal 蛋白質 30.8 g 脂質 24.1 g 塩分 1.9 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・ごま・サケ)				

日	曜日	主食	献立名	栄養価
17	金		★はちみつ鶏 ・チンゲン菜キムチ炒め ・イカリングフライ ・ハリハリ漬け ・人参サラダ	エネルギー 817 kcal 蛋白質 31.4 g 脂質 24.9 g 塩分 2.3 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・イカ・エビ・りんご)				
20	月		給食なし	
21	火	 HOTサービス	★HOTちゃんこ鍋風 ・ジャーマンポテト ・ほうれん草サラダ ・エビ団子煮 ・キャンディーチーズ	エネルギー 826 kcal 蛋白質 29.6 g 脂質 27.8 g 塩分 2.2 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・エビ・ゼラチン)				
22	水		給食なし	
23	木		祝日 	
24	金		★鶏のママレード焼き ・小松菜の菜種和え ・マカロニサラダ ・さつま芋バター醤油炒め ・りんご ◆	エネルギー 856 kcal 蛋白質 29.2 g 脂質 26.6 g 塩分 1.8 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・りんご)				
27	月		★サケのムニエル 今が旬 ・筑前煮 ・チンゲン菜の中華炒め ・じゃがいも煮 ・黒胡麻ドーナツ ◆	エネルギー 834 kcal 蛋白質 28.6 g 脂質 21.5 g 塩分 2.3 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・サケ・ごま)				
28	火		★鶏の南部焼き ・大根と竹輪の煮物 ・マカロニトマト煮 ・キャベツのツナ和え ・オレンジ	エネルギー 826 kcal 蛋白質 29.8 g 脂質 27.4 g 塩分 1.8 g
アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ごま・オレンジ)				

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メニューです。
温かい食事をぜひどうぞ!