

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 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・乳)	エネルギー 859 kcal 蛋白質 25.0 g 脂質 25.6 g 塩分 2.0 g
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 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・牛・乳・カニ・ごま・ゼラチン)	エネルギー 840 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 23.1 g 塩分 2.5 g
3	金	 今が	★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 アレルギー(大豆・小麦・卵・ごま・鶏・豚・乳)	エネルギー 811 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 21.3 g 塩分 1.6 g
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 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・ゼラチン)	エネルギー 821 kcal 蛋白質 27.2 g 脂質 26.2 g 塩分 2.2 g
7	火	 今が	★チンジャオロース ・厚焼き玉子 ・春巻き ・小松菜ごま和え ・黄桃缶 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・エビ・カニ・ごま・りんご)	エネルギー 783 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 23.7 g 塩分 2.2 g
8	水	 HOTサービス	★HOTピピンバ風クッパ ・切干大根の煮物 ・スパゲティーサラダ ・小魚フライビーンズ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・乳・エビ・カニ・りんご・ごま)	エネルギー 789 kcal 蛋白質 27.4 g 脂質 22.5 g 塩分 2.1 g
9	木	 今が	★サワラのマヨパン粉焼き ・ナポリタンスパゲティー ・厚揚げ煮 ・レンコンピリ辛炒め ・ほうれん草の和え物 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚)	エネルギー 783 kcal 蛋白質 27.5 g 脂質 20.4 g 塩分 2.3 g
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 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・乳・ごま)	エネルギー 784 kcal 蛋白質 15.7 g 脂質 19.5 g 塩分 2.1 g
13	月	 HOTサービス	★HOTハヤシシチュー ・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 アレルギー(大豆・小麦・卵・ごま・鶏・豚・りんご)	エネルギー 805 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 23.8 g 塩分 2.1 g
14	火	 今が	★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 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・カニ)	エネルギー 818 kcal 蛋白質 25.9 g 脂質 25.1 g 塩分 2.2 g
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 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・サバ・胡麻・ゼラチン・落花生)	エネルギー 847 kcal 蛋白質 29.6 g 脂質 25.4 g 塩分 1.6 g
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 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・ごま・サケ)	エネルギー 804 kcal 蛋白質 30.8 g 脂質 24.1 g 塩分 1.9 g

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 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・イカ・エビ・りんご)	エネルギー 817 kcal 蛋白質 31.4 g 脂質 24.9 g 塩分 2.3 g
20	月		★フィッシュフライ ・野菜つくね ・たけのこ中華炒め ・ひじきサラダ ・揚げ里芋みたらしあん アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ごま・カニ)	エネルギー 844 kcal 蛋白質 28.3 g 脂質 22.8 g 塩分 1.6 g
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 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・エビ・ゼラチン)	エネルギー 826 kcal 蛋白質 29.6 g 脂質 27.8 g 塩分 2.2 g
22	水	 今が	★サワラのレモン醤油揚げ ・オムレツ和風あんかけ ・南瓜サラダ ・小松菜コンソメ煮 ・ミニプリン アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚)	エネルギー 797 kcal 蛋白質 25.9 g 脂質 22.3 g 塩分 2.1 g
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 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・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
27	月	 今が	★サケのムニエル ・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 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・サケ・ごま)	エネルギー 834 kcal 蛋白質 28.6 g 脂質 21.5 g 塩分 2.3 g
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 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ごま・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

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！