


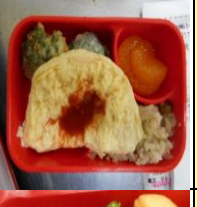

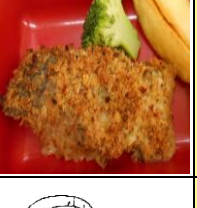




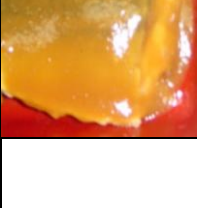




12月

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	日	曜日	主食	献立名	栄養価
1	月		★メンチカツ ・がんもの煮物 ・小松菜のなたね和え ・れんこんのピリ辛炒め ・キャベツサラダ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・牛・エビ・ごま・りんご)	エネルギー 788 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 22.7 g 塩分 2.4 g	11	木		三者懇談会	
2	火		★ホキの磯辺揚げ ・大根とこんにゃくに ・チンゲン菜ソテー ・もやし中華和え ・きなこドーナツ アレルギー(大豆・小麦・乳・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 784 kcal 蛋白質 26.4 g 脂質 20.1 g 塩分 2.2 g	12	金		三者懇談会	
3	水	 HOTサービ	★HOT鶏のクリーム煮 ・オムレツ ・スパゲティサラダ ・キャンディーチーズ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・りんご)	エネルギー 783 kcal 蛋白質 25.1 g 脂質 23.3 g 塩分 2.1 g	15	月		★マヨ風味のカラフルポークピカタ ・炊き合わせ ・白菜キムチ炒め ・マカロニサラダ ・いちご杏仁豆腐 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・エビ・ごま・りんご)	エネルギー 878 kcal 蛋白質 30.4 g 脂質 30.0 g 塩分 2.3 g
4	木		★サワラの甘辛からめ ・ジャーマンポテト ・豆腐のカレー煮 ・チンゲン菜炒め ・きな粉もち アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・山芋)	エネルギー 862 kcal 蛋白質 27.3 g 脂質 24.3 g 塩分 1.3 g	16	火		★あじフライ ・肉じゃが ・ビーンズサラダ ・ケチャップスパ ・小松菜の山吹和え アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま)	エネルギー 854 kcal 蛋白質 29.8 g 脂質 20.7 g 塩分 2.3 g
5	金	 HOTサービ	★HOT回鍋肉 ・煮豆 ・白菜のコンソメソテー ・中華胡麻団子 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま・落花生)	エネルギー 796 kcal 蛋白質 30.2 g 脂質 23.3 g 塩分 2.1 g	17	水	 HOTサービス	★HOT冬野菜の味噌鍋 ・タンドリーチキン ・ポテトサラダ ・プチケーキ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・胡麻)	エネルギー 811 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 27.1 g 塩分 1.9 g
8	月		★ハムカツ&コーンフライ ・鶏大根煮 ・小松菜ベコンソテー ・ピーマンサラダ ・さつまいもバター炒め アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚)	エネルギー 860 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 25.6 g 塩分 2.4 g	18	木		★ハンバーグデミグラスソース ・こんにゃくピリ辛煮 ・白菜の昆布和え ・南瓜コロッケ ・クレープ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・りんご・ゼラチン)	エネルギー 775 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 22.1 g 塩分 1.5 g
9	火		★サバの味噌煮 ・ミニ野菜コロッケ ・たけのこ中華炒め ・コーンサラダ ・ほうれん草の和え物 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・カニ・ごま)	エネルギー 793 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 24.1 g 塩分 1.8 g	19	金	 HOTサービス	★HOTもりもりカレー ・鶏肉の照り焼き ・厚揚げの煮物 ・ごぼうサラダ ・キャンディーチーズ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・山芋)	エネルギー 861 kcal 蛋白質 26.9 g 脂質 27.6 g 塩分 2.4 g
10	水		三者懇談会		22	月	 HOTサービス	★HOT親子煮 ・タラのマヨソースからめ ・炒り豆腐 ・わかめの酢の物 アレルギー(大豆・小麦・卵・エビ・ごま・りんご・かんきつ)	エネルギー 771 kcal 蛋白質 26.3 g 脂質 23.4 g 塩分 2.4 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。)