



8月

# 川越中学校デリバリー給食

## 献立表

日	曜日	主食	栄養価
25	火	 ★焼き肉 ・ビーフソテー ・マカロニサラダ ・ほうれん草野ごま和え ・ごぼう甘辛煮 アレルギ- (大豆・小麦・卵・鶏・ごま・りんご)	 エネルギー 822 kcal 蛋白質 28.5 g 脂質 23.1 g 塩分 3.3 g
26	水	 ★ハヤシライス ・唐揚げ ・ワカメ梅和え アレルギ- (大豆・小麦・卵・鶏・豚・りんご)	 エネルギー 944 kcal 蛋白質 29.6 g 脂質 35.2 g 塩分 3.7 g
27	木	 ★サバの照り焼き ・キャベツ中華炒め ・大豆ケチャップ煮 ・竹の子酢味噌和え ・きな粉ドーナツ アレルギ- (大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・りんご・ごま・サバ)	 エネルギー 765 kcal 蛋白質 32.2 g 脂質 19.8 g 塩分 2.9 g
28	金	 ★メンチカツ ・煮豆 ・ゴーヤチャンプル ・青梗菜土佐和え ・南瓜サラダ アレルギ- (大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・りんご・ごま・ゼラチン)	 エネルギー 986 kcal 蛋白質 28.4 g 脂質 35.0 g 塩分 2.5 g
31	月	 ★鶏肉カレー焼き ・若竹煮 ・春雨サラダ ・菜の花ソテー ・透き通るおいしいゼリー アレルギ- (大豆・小麦・卵・鶏・りんご)	 エネルギー 842 kcal 蛋白質 29.4 g 脂質 30.2 g 塩分 3.1 g

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

このマークは配膳員によるホットサービスメニューです。  
温かい食事をぜひどうぞ！



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。)