

5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
6	木		★チキンカツ ・白菜胡麻和え ・五色ソテー ・炊き合わせ ・みかんゼリー アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・牛・豚・りんご・みかん)	エネルギー 836 kcal 蛋白質 27.4 g 脂質 24.9 g 塩分 3.2 g
7	金	 HOTサービス	★HOTクリームシチュー ・唐揚げ ・海藻サラダ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・牛・鶏・乳・ごま・ゼラチン)	エネルギー 871 kcal 蛋白質 28.7 g 脂質 30.5 g 塩分 4.7 g
10	月		★鶏肉胡麻味噌焼き ・肉じゃが ・春雨サラダ ・高野豆腐煮 ・キャンディーチーズ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・ゼラチン)	エネルギー 838 kcal 蛋白質 32.9 g 脂質 26 g 塩分 2.4 g
11	火		★鮭のごま照り焼き ・根菜煮 ・小松菜とベーコンの炒り卵 ・磯香和え ・きなこドーナツ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・サケ・ごま・りんご)	エネルギー 837 kcal 蛋白質 30 g 脂質 23.8 g 塩分 2.4 g
12	水	 HOTサービス	★HOT豚すき丼 ・コロッケ ・ビーフンソテー アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・りんご・ゼラチン)	エネルギー 806 kcal 蛋白質 27.2 g 脂質 22 g 塩分 2.2 g
13	木		★チンジャオロース ・茄子肉詰めフライ ・マセドアンサラダ ・小松菜わさび和え ・アメリカンドッグ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま)	エネルギー 833 kcal 蛋白質 26.7 g 脂質 26.1 g 塩分 2.5 g
14	金	 HOTサービス	★醤油ラーメンスープ ・鶏竜田揚げ ・パンサンスー ・メープルプチケーキ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・イカ・ごま)	エネルギー 888 kcal 蛋白質 31.9 g 脂質 37.2 g 塩分 6 g
17	月		★ブリ照り焼き ・厚揚げキムチ煮 ・ポパイサラダ ・レンコン金平 ・さつま芋甘煮 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・えび・ごま・りんご)	エネルギー 822 kcal 蛋白質 28.5 g 脂質 21.5 g 塩分 3.1 g
18	火		★オムレツハヤシソース ・大根の煮物 ・肉団子のケチャップ煮 ・小松菜ゴマ和え ・きなこ餅 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま・りんご)	エネルギー 859 kcal 蛋白質 25.8 g 脂質 21.5 g 塩分 4.5 g
19	水	 HOTサービス	★HOTハヤシライス ・串カツ&イカリングフライ ・春雨サラダ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・イカ・ごま・りんご・ゼラチン)	エネルギー 835 kcal 蛋白質 26.4 g 脂質 24.4 g 塩分 2.7 g
20	木		★豚の生姜焼き ・小松菜ツナ和え ・しゅうまい ・白菜塩昆布和え ・カリフラワーのチーズフリッター アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ゼラチン)	エネルギー 756 kcal 蛋白質 28.3 g 脂質 18.4 g 塩分 2.1 g
21	金	 HOTサービス	★HOTキムチチゲ風煮 ・チキンカツ ・じゃが芋の旨煮 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・りんご)	エネルギー 916 kcal 蛋白質 32.6 g 脂質 17.5 g 塩分 3.3 g

日	曜日	主食	献立名	栄養価
24	月		★アジのマリネ ・きのこ小松菜の炒め和え ・ワカメの和え物 ・ポテトサラダ ・フルーツゼリー アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま・りんご)	エネルギー 844 kcal 蛋白質 29.0 g 脂質 26.4 g 塩分 2.1 g
25	火		★タンドリーチキン ・ジャーマンポテト ・中華サラダ ・小松菜ともやしのお浸し ・みかんサラダ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 887 kcal 蛋白質 30.5 g 脂質 30.5 g 塩分 1.4 g
26	水	 HOTサービス	★HOT親子丼 ・天ぷら ・ほうれん草ベーコンソテー アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛)	エネルギー 890 kcal 蛋白質 30.4 g 脂質 29.1 g 塩分 2.5 g
27	木		★さわらのムニエルレモンソースがけ ・バターコーンコロッケ ・大根カレー煮 ・キャベツ中華炒め ・黒胡麻きなこドーナツ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 823 kcal 蛋白質 28.2 g 脂質 23.8 g 塩分 1.6 g
28	金	 HOTサービス	★HOTポークカレー ・ササミフライ ・春雨酢の物 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚)	エネルギー 841 kcal 蛋白質 28.2 g 脂質 27.2 g 塩分 2.4 g
31	月		★海鮮フライ ・厚揚げ甘辛炒め ・チンゲン菜の煮物 ・ひじき煮 ・みかんゼリー アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・サケ・イカ)	エネルギー 889 kcal 蛋白質 28.6 g 脂質 25.7 g 塩分 2.7 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。)



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

