








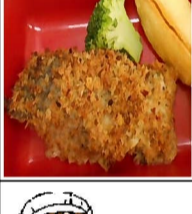









9月

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
3	火		★エビフライ&野菜コロッケ 豚肉ナポリタン ・マカロニサラダ ・ひじきの煮物 ・金時豆 アレルギー(大豆・小麦・卵・豚・えび・りんご)	エネルギー 909 kcal 蛋白質 34.4 g 脂質 24.7 g 塩分 1.9 g	17	火		★さばと大根おろしの甘酢あん ・ジャーマンポテト ・チキンナゲット ・白菜のサワー漬け ・里芋青のりまぶし アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・さば)	エネルギー 913 kcal 蛋白質 28.9 g 脂質 31.5 g 塩分 2.7 g
4	水		★HOTポークカレー ・蒸し鶏の梅和え ・ほうれん草のごま和え ・大豆トマト煮 ・ずんだ餅 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・ごま・りんご)	エネルギー 815 kcal 蛋白質 30.9 g 脂質 15.4 g 塩分 3.6 g	18	水		★HOTタッカルビ丼 ・わかさぎのごま揚げ ・白菜のキムチ煮 ・人参しりしり ・きなこドーナツ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・りんご・えび・ごま)	エネルギー 823 kcal 蛋白質 29.9 g 脂質 24.4 g 塩分 2.7 g
5	木		★肉団子甘酢煮 ・切干煮物 ・さつまいもの甘辛炒め ・小松菜のマヨ和え ・キャンディーチーズ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ごま・りんご)	エネルギー 872 kcal 蛋白質 30.6 g 脂質 23.2 g 塩分 3.8 g	19	木		★チキンのねぎソース ・ポテトコンソメ煮 ・きのこのガーリック炒め ・ごぼうサラダ ・りんごゼリー アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・りんご・ごま)	エネルギー 837 kcal 蛋白質 30.3 g 脂質 28.5 g 塩分 1.9 g
6	金		★鶏肉の照り焼き ・おからポテト ・ケチャップスパ ・もやしチャンプルー ・わかめの酢の物 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ごま・カニ)	エネルギー 890 kcal 蛋白質 30.7 g 脂質 31 g 塩分 3.1 g	20	金		★ホキの洋風唐揚げ ・筑前煮 ・韓国風サラダ ・ポパイサラダ ・厚焼き玉子 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・カニ・ごま・りんご)	エネルギー 801 kcal 蛋白質 32.3 g 脂質 23.3 g 塩分 1.7 g
9	月		★ロコモコ ・厚揚げの中華風炒め ・イカのレモン風味 ・ビーンズサラダ ・キャラメルポテト アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・いか・ごま・りんご・ゼラチン)	エネルギー 1046 kcal 蛋白質 36.5 g 脂質 38.4 g 塩分 3.2 g	23	月	振替休日		
10	火		★鮭のパン粉タルタルソース ・夏野菜炒め ・いんげんピーナツ和え ・うずら串フライ ・シュウマイ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ごま・落花生)	エネルギー 860 kcal 蛋白質 37.7 g 脂質 24.7 g 塩分 2.1 g	24	火		★鶏肉のマーマレード焼き ・高野豆腐の揚げ煮 ・コールスローサラダ ・昆布豆 ・きなこ餅 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・りんご・オレンジ)	エネルギー 971 kcal 蛋白質 39.6 g 脂質 33.5 g 塩分 1.8 g
11	水		★HOTブルコギ丼 ・鶏肉の竜田揚げ ・春雨サラダ ・ほうれん草ソテー ・梨ゼリー アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 895 kcal 蛋白質 31.4 g 脂質 31.3 g 塩分 2.7 g	25	水		★HOTハヤシシチュー ・コーンコロッケ ・ピーマン中華炒め煮 ・キャベツの胡麻酢和え ・金時豆 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 886 kcal 蛋白質 31.9 g 脂質 25.5 g 塩分 4.1 g
12	木	体育祭			26	木		★チキンカツ ・茄子の生姜煮 ・チーズスクランブルエッグ ・いもこ煮 ・ミニプリン アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・牛)	エネルギー 835 kcal 蛋白質 30.2 g 脂質 23.6 g 塩分 1.6 g
13	金	体育祭予備日			27	金		★豚肉のとんてき風 ・カレーコンソメ煮 ・サケのしめじのチーズ焼き ・粉ふき芋 ・大根甘酢汁 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・牛・豚・鮭)	エネルギー 816 kcal 蛋白質 36.3 g 脂質 24 g 塩分 1.7 g
16	月		敬老の日		30	月		★ササミフライ ・マカロニグラタン ・いんげんのごま和え ・わかめの中華和え ・野菜のザワークラウト風 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・りんご・ごま・ゼラチン・カニ)	エネルギー 879 kcal 蛋白質 33.6 g 脂質 20.4 g 塩分 1.7 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。)