



4月

川越中学校デリバリー給食

献立表

日	曜日	主食	栄養価
9	水	 ★HOTポークハヤシ ・ササミフライ ・ほうれん草おかかソテー ・厚焼き玉子 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・牛・りんご)	エネルギー 796 kcal 蛋白質 29.5 g 脂質 26.9 g 塩分 2.3 g
10	木	 ★鶏の南蛮漬け ・厚揚げの煮物 ・さつまいものおバター醤油 ・チンゲン菜の胡麻ドレ和え ・みたらし団子 アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・ごま)	エネルギー 858 kcal 蛋白質 24.5 g 脂質 25.8 g 塩分 1.9 g
11	金	 ★HOTチリコンカン ・エビカツ ・ブロッコリーのカニカママヨ ・昆布の煮物 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・エビ・カニ・イカ)	エネルギー 835 kcal 蛋白質 30.6 g 脂質 23.9 g 塩分 2.1 g
14	月	 ★鶏の磯辺揚げ ・肉じゃが ・コーンサラダ ・小松菜の和え物 ・キャンディーチー アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・かんきつ)	エネルギー 840 kcal 蛋白質 26.5 g 脂質 29.9 g 塩分 1.6 g
15	火	 ★サワラのチャンチャン焼き ・チーズキャベツ ・ブロッコリーソテー ・なます ・大学芋 アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・牛・ごま)	エネルギー 766 kcal 蛋白質 24.8 g 脂質 17.4 g 塩分 2.1 g
16	水	 ★鶏のピリ辛トマト煮 ・エビフライ ・切干大根の金平 ・マカロニサラダ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・りんご)	エネルギー 845 kcal 蛋白質 26.0 g 脂質 28.3 g 塩分 2.2 g
17	木	 ★ホキの味噌野菜あん ・大根の信田煮 ・ベーコンサラダ ・南瓜の煮物 ・ミニプリン アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚)	エネルギー 769 kcal 蛋白質 24.8 g 脂質 18.0 g 塩分 2.2 g
18	金	 ★煮込みハンバーグ ・豆腐のおかか炒め ・三色金平 ・黒胡麻ドーナツ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・ゼラチンごま)	エネルギー 773 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 20.9 g 塩分 1.9 g
21	月	 ★タラの南蛮タルタルソース ・大豆トマト煮 ・カリフラワーサラダ ・切干大根の煮物 ・マカロニカレーソテー アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・乳・牛・カニ・ごま・ゼラチンりんご)	エネルギー 809 kcal 蛋白質 29.6 g 脂質 22.8 g 塩分 2.0 g
22	火	 ★豚の山賊炒め ・揚げ出し豆腐 ・野菜中華炒め ・春雨の酢の物 ・フライビーンズ アレルギー(大豆・小麦・卵・鶏・豚・ごま・ゼラチン)	エネルギー 847 kcal 蛋白質 30.1 g 脂質 27.5 g 塩分 2 g

日	曜日	主食	栄養価
23	水	 ★野菜卵あんかけ ・天ぷら ・ポテトサラダ ・きな粉ドーナツ アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚)	エネルギー 846 kcal 蛋白質 25.2 g 脂質 30.5 g 塩分 2.2 g
24	木	 ★ピビンバ炒め ・ゴーヤ炒め ・関東風煮 ・大豆サラダ ・レンコンチップス アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・豚・ごま・ゼラチン)	エネルギー 780 kcal 蛋白質 27.7 g 脂質 20.5 g 塩分 2.0 g
25	金	 ★HOTチキンカレー ・アジフライ ・ほうれん草菜種和え ・ピサンゴレン アレルギー(大豆・小麦・卵・乳・鶏・バナナ)	エネルギー 835 kcal 蛋白質 26.3 g 脂質 18.6 g 塩分 2.2 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サービスメニューです。
 温かい食事をぜひどうぞ!

★変更点
 4月22日(火)の主食が、ごはんに変更となりました。