

# 2020年11月献立

## Cランチ



※栄養表示はご飯を含みます。

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
<b>エビフライ</b> チヂミ 厚焼き玉子 		<b>ハンバーグ (デミ)</b> 目玉焼き 醤油味のイカカツ 	<b>まぐろ野菜カツ</b> ミニハンバーグ (テリヤキ) イカたっぷり小判 	<b>焼き肉</b> 白身魚フライ ニラまんじゅう 
I補材 - 809kcal 蛋白質 21.7g 脂質 16.7g 食塩 3.8g		I補材 - 990kcal 蛋白質 31.9g 脂質 20.4g 食塩 4.9g	I補材 - 842kcal 蛋白質 26.5g 脂質 14.7g 食塩 5g	I補材 - 890kcal 蛋白質 28g 脂質 19g 食塩 3.5g
9	10	11	12	13
<b>すき焼きコロッケ</b> たこ八 はんぺんチーズボール 	<b>チーズインメンチカツ</b> さんま塩焼き 薄紅まんじゅう 	<b>鶏唐揚げのチリソースかけ</b> 三角春巻き がんも煮 	<b>白身魚の甘酢あんかけ</b> 野菜春巻き ブロッコリーの塩炒め 	<b>オムレツのトマトソースかけ</b> ささみチーズフライ お好み焼き 
I補材 - 878kcal 蛋白質 23.5g 脂質 16.9g 食塩 4.1g	I補材 - 954kcal 蛋白質 28.5g 脂質 26.2g 食塩 3.9g	I補材 - 950kcal 蛋白質 27.1g 脂質 33g 食塩 4.3g	I補材 - 857kcal 蛋白質 22.8g 脂質 17.7g 食塩 4.5g	I補材 - 871kcal 蛋白質 23.1g 脂質 17.4g 食塩 5.1g
16	17	18	19	20
<b>エビカツ</b> 高菜入りまんじゅう かぼちゃキッシュ 	<b>鶏ごぼうカツ</b> イカハンバーグ (紅生姜) フランクフルト 	<b>かつ煮</b> 餃子 さば塩焼き 	<b>豆腐ハンバーグ</b> オクラのすり身詰め天ぷら ロースカツ 	<b>ハムカツ</b> 野菜春巻き 黒酢あんかけ肉団子 
I補材 - 852kcal 蛋白質 24.1g 脂質 14.3g 食塩 4.9g	I補材 - 854kcal 蛋白質 27g 脂質 16.3g 食塩 4.5g	I補材 - 940kcal 蛋白質 28.9g 脂質 23.8g 食塩 5.7g	I補材 - 844kcal 蛋白質 24.1g 脂質 18.5g 食塩 4.9g	I補材 - 930kcal 蛋白質 23.1g 脂質 24g 食塩 5g
23	24	25	26	27
	<b>ハンバーグ(わさび)</b> イカフライ お好み焼き 	<b>かにクリーミーコロッケ</b> ミートオムレツ 麻婆なす 	<b>二層のブラックカレーコロッケ</b> 鶏ごぼう肉巻き 豆腐ハンバーグ 	<b>白身フライ</b> ポークウイナー 豚肉ときくらげの玉子炒め 
	I補材 - 896kcal 蛋白質 30.9g 脂質 19.2g 食塩 4.4g	I補材 - 908kcal 蛋白質 19.9g 脂質 24.7g 食塩 3.8g	I補材 - 868kcal 蛋白質 20.1g 脂質 18.8g 食塩 3.9g	I補材 - 910kcal 蛋白質 26.2g 脂質 26.3g 食塩 4.1g
30	ご注文はこちらまで (協) 埼玉給食センター TEL 048-663-2741 (株) 埼 給 FAX 048-667-6341 ★ご注文は9:00までお願いします。			
<b>ラビオリのトマトソースかけ</b> オムレツ みそ味つくね 				
I補材 - 916kcal 蛋白質 24.9g 脂質 17.1g 食塩 5.6g	<div style="border: 2px solid yellow; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;">                     毎週土曜日は                      A・Cのみの                      おまかせランチ                      になります。                 </div>			

ご安心くださいお弁当や製造工場はいつも厳重な細菌検査を実施しています。  
 ○国産の米を使用しています。  
 ○材料入荷により多少の献立変更がございますがご了承下さるようお願いいたします。  
 ○材料仕入れの都合により通常日を休日になる場合はできる限りお早めにご連絡ください。  
 ○恐れ入りますが、おはしは皆様でご準備下さる様お願い致します。  
 割り箸20本入り100円

■乾挽品のお知らせ インスタント味噌汁 (生)  
 1袋 (20個入り) 300円頂戴します。  
 ■昼食は1時頃、夕食は6時頃までにお召上がりください。  
 ■お代金は消費税込み価格で頂戴しております。