

# 2021年4月献立

## フレッシュランチ

(協)埼玉給食センター  
(株) 埼 給  
TEL:048-663-2741  
FAX:048-667-6341  
<http://www.saikyu.or.jp/>

※栄養表示はご飯を含みます。

月	火	水	木	金		
<p><b>平日限定メニュー</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>ビーフカレー 450円</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>カツカレー 500円</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>豚丼 500円</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>山かけそば 330円</p> </div> </div> <p>※注文は9時までをお願いします。</p>			 <p>毎週土曜日は A・Cのみの おまかせランチ になります。</p>		<p><b>1</b></p>  <p>鶏肉のコチュジャン焼き オムレツ ごまご飯</p> <p>11材 - 653kcal 蛋白質 25g 脂質 18g 食塩 3g</p>	<p><b>2</b></p>  <p>野菜酢豚 かぼちゃキッシュ おかかご飯</p> <p>11材 - 638kcal 蛋白質 17.4g 脂質 14.9g 食塩 3.9g</p>
<p><b>5</b></p>  <p>レモンペッパーチキンステーキ ぎょうざ ふりかけご飯</p> <p>11材 - 701kcal 蛋白質 21.5g 脂質 23.8g 食塩 3.1g</p>	<p><b>6</b></p>  <p>アジの南蛮漬け はんぺんチーズボール ご飯(梅干し)</p> <p>11材 - 674kcal 蛋白質 24.3g 脂質 9.2g 食塩 2.8g</p>	<p><b>7</b></p>  <p>揚げ出し つくね大葉巻き ふりかけご飯</p> <p>11材 - 707kcal 蛋白質 22g 脂質 22.6g 食塩 2.4g</p>	<p><b>8</b></p>  <p>チキン南蛮 オムレツ 菜めし</p> <p>11材 - 679kcal 蛋白質 20.7g 脂質 18.8g 食塩 3.5g</p>	<p><b>9</b></p>  <p>豚肉の塩だれ炒め イカたっぴり小判 ゆかりご飯</p> <p>11材 - 617kcal 蛋白質 23.7g 脂質 14.6g 食塩 3.5g</p>		
<p><b>12</b></p>  <p>ハンバーグ さわら磯辺フライ ごまご飯</p> <p>11材 - 658kcal 蛋白質 23.3g 脂質 17.6g 食塩 2.4g</p>	<p><b>13</b></p>  <p>イカとブロッコリーの塩炒め ロースカツ そばろご飯</p> <p>11材 - 645kcal 蛋白質 26.6g 脂質 13.1g 食塩 2.8g</p>	<p><b>14</b></p>  <p>チキンのチーズ焼き もち巾着 ごはん(梅干し)</p> <p>11材 - 688kcal 蛋白質 24.1g 脂質 14.6g 食塩 2.5g</p>	<p><b>15</b></p>  <p>焼き肉とナムル きんぴら ふりかけご飯</p> <p>11材 - 662kcal 蛋白質 23.2g 脂質 18.3g 食塩 3.7g</p>	<p><b>16</b></p>  <p>八宝菜風塩炒め つくね大葉巻き おかかご飯</p> <p>11材 - 626kcal 蛋白質 25.3g 脂質 13.7g 食塩 2.7g</p>		
<p><b>19</b></p>  <p>魚のごま焼き イカハンバーグ(紅生姜) ふりかけご飯</p> <p>11材 - 536kcal 蛋白質 33.8g 脂質 6.7g 食塩 2g</p>	<p><b>20</b></p>  <p>天ぷら (小えび・芋・団子・かに・風味・ししとう) ごまご飯</p> <p>11材 - 664kcal 蛋白質 17.5g 脂質 17.8g 食塩 3.1g</p>	<p><b>21</b></p>  <p>かに玉 麻婆豆腐 ふりかけご飯</p> <p>11材 - 633kcal 蛋白質 18.2g 脂質 11.2g 食塩 3.7g</p>	<p><b>22</b></p>  <p>豚肉ときくらげの玉子炒め 豆腐ハンバーグ 菜めし</p> <p>11材 - 627kcal 蛋白質 22.1g 脂質 16.4g 食塩 2.6g</p>	<p><b>23</b></p>  <p>カレーのおろし煮 はんぺんチーズボール そばろご飯</p> <p>11材 - 622kcal 蛋白質 27.5g 脂質 10.9g 食塩 2.9g</p>		
<p><b>26</b></p>  <p>豆腐ハンバーグそばろあんかけ カップグラタン 菜めし</p> <p>11材 - 633kcal 蛋白質 18g 脂質 11.3g 食塩 3.6g</p>	<p><b>27</b></p>  <p>チキンステーキ キーマカレー 白ご飯</p> <p>11材 - 637kcal 蛋白質 19.4g 脂質 16.2g 食塩 2.1g</p>	<p><b>28</b></p>  <p>マス塩焼き 海鮮蓮根はさみ揚げ天 ゆかりご飯</p> <p>11材 - 630kcal 蛋白質 23.9g 脂質 15.9g 食塩 4.3g</p>	<p><b>29</b></p>  <p>昭和の日</p>	<p><b>30</b></p>  <p>チーズインハンバーグ 三角春巻き ふりかけご飯</p> <p>11材 - 711kcal 蛋白質 22.8g 脂質 15.6g 食塩 1.9g</p>		

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ようお願い致します。  
割引券20本入り100円

■料理品のお知らせ 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時頃までにお召し上がりください。  
■お代金は消費税込み価格で頂戴しております。

