

2021年9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
平日限定メニュー  <p>カツカレー 500円 山かけそば 330円 ビーフカレー 450円 豚丼 500円</p> <p>※注文は9時までをお願いします。</p>		1  <p>揚げ出し 焼きそば おかかご飯 11材 - 711kcal 蛋白質 20.4g 脂質 21.4g 食塩 2.4g</p>	2  <p>鮭のエスカベッシュ さしみこんにゃく ゆかりご飯 11材 - 643kcal 蛋白質 19g 脂質 9.4g 食塩 3.5g</p>	3  <p>焼肉とナムル かぼちゃキッシュ ご飯(梅干し) 11材 - 563kcal 蛋白質 21.4g 脂質 14.1g 食塩 2.8g</p>
6  <p>豆腐バーグ(野菜餡) ミートオムレツ ふりかけご飯 11材 - 459kcal 蛋白質 11.2g 脂質 4.9g 食塩 1.8g</p>	7  <p>チキンステーキ キーマカレー 白飯 11材 - 640kcal 蛋白質 20.1g 脂質 19.2g 食塩 3.1g</p>	8  <p>旨塩鮭ハンバーグ イカバーグ(紅生姜) ごまご飯 11材 - 562kcal 蛋白質 15.8g 脂質 12.4g 食塩 3g</p>	9  <p>チキン南蛮 はんぺんチーズ ふりかけご飯 11材 - 664kcal 蛋白質 23.5g 脂質 16.8g 食塩 2.8g</p>	10  <p>イカとブロッコリー塩炒め 三角春巻き おかかご飯 11材 - 556kcal 蛋白質 24.9g 脂質 8.9g 食塩 2.1g</p>
13  <p>チキンのチーズ焼き 玉子豆腐 ふりかけご飯 11材 - 588kcal 蛋白質 25.9g 脂質 14g 食塩 4.1g</p>	14  <p>ロールキャベツ フランクフルト ご飯(梅干し) 11材 - 573kcal 蛋白質 15.2g 脂質 14.3g 食塩 6g</p>	15  <p>カレイの油淋ソース 山菜五目煮 ふりかけご飯(菜めし) 11材 - 567kcal 蛋白質 25.9g 脂質 9.3g 食塩 3.6g</p>	16  <p>白身ふんわり天 オクラすり身天 ご飯(梅干し) 11材 - 567kcal 蛋白質 15.4g 脂質 14.1g 食塩 2.3g</p>	17  <p>豚肉と木耳の玉子炒め さしみこんにゃく ふりかけご飯</p>
20  <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>	21  <p>レモンペッパーチキン ロースカツ そばろご飯 11材 - 693kcal 蛋白質 24.3g 脂質 25.2g 食塩 3g</p>	22  <p>かに玉 麻婆豆腐 ごまご飯 11材 - 677kcal 蛋白質 16.9g 脂質 19.7g 食塩 3.6g</p>	23  <p>魚のごま焼き 切り干し大根煮 ゆかりご飯 11材 - 560kcal 蛋白質 34.5g 脂質 8.1g 食塩 3.2g</p>	24  <p>魚のごま焼き 切り干し大根煮 ゆかりご飯 11材 - 560kcal 蛋白質 34.5g 脂質 8.1g 食塩 3.2g</p>
27  <p>ハンバーグ(きのこ) 目玉焼き風オムレツ ふりかけご飯 11材 - 727kcal 蛋白質 26.8g 脂質 20.2g 食塩 3g</p>	28  <p>なすの辛みそ炒め はんぺんチーズボール 白飯 11材 - 595kcal 蛋白質 15.7g 脂質 18.2g 食塩 1.6g</p>	29  <p>アジの南蛮漬け タンドリーチキン ふりかけご飯 11材 - 663kcal 蛋白質 29.6g 脂質 12.2g 食塩 2.4g</p>	30  <p>鶏のコチュジャン焼き さしみこんにゃく ふりかけご飯(菜めし) 11材 - 626kcal 蛋白質 21.5g 脂質 15.5g 食塩 3.2g</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さ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

■乾旋品のお知らせ 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。