2024年3月献立

フレッシュランチ

※栄養表示はご飯を含みます。

（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/

月	火	水	木	金
12月から3月の間、山かけそばの販売は一時中止しております。大変申し訳ございません。	平日限定メニュー ビーフカレー 450円 カツカレー 500円 豚丼 500円 チキンカレー南蛮 500円 ※注文は9時までにお願いします。			**1** 豆腐ハンバーグ(きのこあんかけ) かぼちゃキッシュ ふりかけご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 557kcal 蛋白質 14.7g 脂質 12.3g 食塩 2.9g
4 焼き肉とナムル イカカツ ふりかけご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 641kcal 蛋白質 26g 脂質 18.7g 食塩 4g	**5** 魚のエスカベッシュ ベーコンポテトバーグ ふりかけご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 635kcal 蛋白質 17.8g 脂質 12.9g 食塩 4.7g	**6** レモンペッパーチキンステーキ もち巾着 ふりかけご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 643kcal 蛋白質 20.7g 脂質 21.3g 食塩 5.5g	**7** 豚肉と木耳の玉子炒め バターコーンコロッケ 菜めし ｴﾈﾙｷﾞｰ 664kcal 蛋白質 24.2g 脂質 19.6g 食塩 3.4g	**8** さばの竜田揚げ つくね大葉巻き おかかご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 647kcal 蛋白質 24.5g 脂質 18.2g 食塩 2.9g
11 揚げカレイの油淋ソース ミートオムレツ ふりかけご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 550kcal 蛋白質 25.7g 脂質 9.1g 食塩 2.1g	**12** すき焼き イカ小判 ゆかりご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 534kcal 蛋白質 21.3g 脂質 7.7g 食塩 3.6g	**13** 八宝菜風塩炒め チーズはんぺんフライ ごまご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 690kcal 蛋白質 22.7g 脂質 16.7g 食塩 1.6g	**14** 鶏肉の香草パン粉焼き 餃子 ふりかけご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 692kcal 蛋白質 23.3g 脂質 18.3g 食塩 2.4g	**15** さかなの磯辺焼き ロースカツ そぼろご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 606kcal 蛋白質 34.9g 脂質 15.9g 食塩 2g
18 天ぷら盛り合わせ 昆布の煮物 菜めし ｴﾈﾙｷﾞｰ 641kcal 蛋白質 16.8g 脂質 20.8g 食塩 4.5g	**19** かに玉 麻婆豆腐 ごまご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 664kcal 蛋白質 16.9g 脂質 16.6g 食塩 2.5g	**20** 	**21** 酢豚 イカバーグ ふりかけご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 632kcal 蛋白質 18.7g 脂質 15.4g 食塩 2.3g	**22** チキンステーキ ドライカレー ご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 594kcal 蛋白質 18.3g 脂質 16g 食塩 2.5g
25 揚げナスと豚肉炒め サラダ ふりかけご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 625kcal 蛋白質 14.9g 脂質 18.9g 食塩 2.2g	**26** タンドリーチキン 三角春巻 ふりかけご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 615kcal 蛋白質 22.1g 脂質 16.1g 食塩 2.4g	**27** アジの南蛮漬け かぼちゃキッシュ 菜めし ｴﾈﾙｷﾞｰ 548kcal 蛋白質 18.6g 脂質 9.6g 食塩 2.3g	**28** 揚げ出し つくね大葉巻き ゆかりご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 666kcal 蛋白質 21.9g 脂質 21.4g 食塩 6.2g	**29** チキン南蛮 ミートオムレツ ごまご飯 ｴﾈﾙｷﾞｰ 644kcal 蛋白質 22.8g 脂質 17.3g 食塩 1.9g

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します。
○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。

■斡旋品のお知らせ　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。