

2024年7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/](http://www.saikyu.or.jp/)

※栄養表示はご飯を含みます。

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5
冷やし担々混ぜうどん	 <p>焼き肉とナムル 餃子 ごまご飯 I材料 - 597kcal 蛋白質 24.6g 脂質 15.2g 食塩 2.9g</p>	 <p>揚げナスと豚肉炒め イカバーグ 白飯 I材料 - 535kcal 蛋白質 17.5g 脂質 7.3g 食塩 1.3g</p>	 <p>魚のエスカベッシュ お好み焼き 菜めし I材料 - 550kcal 蛋白質 15.7g 脂質 8.5g 食塩 2.9g</p>	 <p>八宝菜風塩炒め もち巾着 ふりかけご飯 I材料 - 531kcal 蛋白質 19.8g 脂質 10.5g 食塩 1.8g</p>	 <p>魚の磯辺焼き ロースカツ ふりかけご飯 I材料 - 551kcal 蛋白質 30.8g 脂質 10.1g 食塩 1.9g</p>
とろろそば	 <p>チキン南蛮 イカ小判 白飯 I材料 - 649kcal 蛋白質 22.8g 脂質 16.8g 食塩 2.3g</p>	 <p>ハンバーグ (トマトソース) かぼちゃキッシュ ふりかけご飯 I材料 - 652kcal 蛋白質 20.3g 脂質 17.7g 食塩 3.9g</p>	 <p>さば竜田揚げ 三角春巻 そぼろご飯 I材料 - 731kcal 蛋白質 20.6g 脂質 25.8g 食塩 2.5g</p>	 <p>かに玉 麻婆豆腐 白飯 I材料 - 628kcal 蛋白質 16.4g 脂質 15.6g 食塩 5.1g</p>	 <p>白身魚のチリソース つくね大葉巻き ふりかけご飯 I材料 - 632kcal 蛋白質 22g 脂質 15.7g 食塩 3.1g</p>
冷やし担々混ぜうどん	<p>豚丼は6月で販売終了いたします。</p>	 <p>鶏肉のコチュジャン焼き ロースカツ 白飯 I材料 - 692kcal 蛋白質 23.1g 脂質 22.6g 食塩 3.9g</p>	 <p>天ぷら盛り合わせ 切干大根煮 ゆかりご飯 I材料 - 528kcal 蛋白質 13.7g 脂質 9.5g 食塩 3.8g</p>	 <p>回鍋肉 サラダ ふりかけご飯 I材料 - 538kcal 蛋白質 18.7g 脂質 12.2g 食塩 2.3g</p>	 <p>アジの南蛮漬け もち巾着 白飯 I材料 - 580kcal 蛋白質 18.9g 脂質 10.3g 食塩 5.1g</p>
とろろそば	 <p>ハンバーグ (おろしポン酢) ミートオムレツ ふりかけご飯 I材料 - 601kcal 蛋白質 19.7g 脂質 12.4g 食塩 2.6g</p>	 <p>揚げカレイの油淋ソース がんも ごま塩ご飯 I材料 - 599kcal 蛋白質 27.4g 脂質 15g 食塩 5.3g</p>	 <p>豚しゃぶ イカバーグ おかかご飯 I材料 - 489kcal 蛋白質 16.7g 脂質 7.1g 食塩 2.6g</p>	 <p>チキンステーキ ドライカレー 白飯 I材料 - 763kcal 蛋白質 21.2g 脂質 15.9g 食塩 1.9g</p>	 <p>豚肉と木耳の玉子炒め イカ小判 ふりかけご飯 I材料 - 662kcal 蛋白質 27.5g 脂質 13.4g 食塩 2.5g</p>
冷やし担々混ぜうどん	 <p>揚げ出し お好み焼き 菜めし I材料 - 697kcal 蛋白質 18.6g 脂質 24.4g 食塩 3.6g</p>	 <p>野菜酢豚 餃子 白飯 I材料 - 594kcal 蛋白質 14.1g 脂質 16.3g 食塩 3g</p>	 <p>鶏肉の香草パン粉焼き 野菜コロック ふりかけご飯 I材料 - 691kcal 蛋白質 21.6g 脂質 21.7g 食塩 3.2g</p>	<p>平日限定メニュー</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> <p style="text-align: center;">冷やし担々混ぜうどん 500円 とろろそば 500円</p> <p style="text-align: center;">※注文は9時までお願いします。</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
 ○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。

■乾貨品のお知らせ インスタント味噌汁 (生)
 1袋 (20個入り) 300円頂戴します。
 ■屋食は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。