

# 2020年10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>カツカレー 500円</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>山かけそば 330円</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>豚丼 500円</p> </div> </div> <p>※注文は9時までお願いします。</p>			 <p>豆腐ハンバーグ さわら磯辺フライ ごまご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 24.6g 脂質 17.7g 食塩 5.3g</p>	 <p>野菜酢豚 がんも煮 おかけご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 20.4g 脂質 16.8g 食塩 4.3g</p>
 <p>レモンペーパーチキンステーキ ぎょうざ ふりかけご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 21.1g 脂質 22.4g 食塩 2.9g</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>174kcal 蛋白質 24.1g 脂質 9.2g 食塩 2.8g</p>	 <p>揚げ出し かぼちゃキッシュ ふりかけご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 17.8g 脂質 23.6g 食塩 3.4g</p>	 <p>チキン南蛮 オムレツ 菜めし</p> <p>174kcal 蛋白質 20.7g 脂質 18.8g 食塩 3.5g</p>	 <p>豚肉の塩だれ炒め イカたっぷり小判 ゆかりご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 24g 脂質 15.1g 食塩 3.8g</p>
 <p>ハンバーグ アジ大葉フライ ごまご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 21.9g 脂質 18.7g 食塩 2.9g</p>	 <p>イカとブロッコリーの塩炒め コースカツ そばろご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 26.4g 脂質 13.5g 食塩 3.8g</p>	 <p>チキンのチーズ焼き もち巾着 おかけご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 26.1g 脂質 15.5g 食塩 2.9g</p>	 <p>焼き肉とナムル きんぴら ふりかけご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 23.2g 脂質 18.3g 食塩 3.7g</p>	 <p>カレーのおろし煮 つくね大葉巻き ご飯(梅干し)</p> <p>174kcal 蛋白質 28.6g 脂質 8.9g 食塩 4.7g</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>174kcal 蛋白質 33.6g 脂質 6.7g 食塩 2g</p>	 <p>豚肉ときくらげの玉子炒め 豆腐ハンバーグ ごまご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 22.5g 脂質 17.9g 食塩 2g</p>	 <p>かに玉 麻婆豆腐 ふりかけご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 18g 脂質 11.2g 食塩 3.7g</p>	 <p>小えび里芋団子天 魚のふんわり天 菜めし</p> <p>174kcal 蛋白質 17.8g 脂質 16.0g 食塩 4.4g</p>	 <p>イカと揚げさばのトマトソース はんぺんチーズボール そばろご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 26.6g 脂質 14.5g 食塩 3.3g</p>
 <p>麻婆茄子 かぼちゃキッシュ 菜めし</p> <p>174kcal 蛋白質 13.8g 脂質 19.4g 食塩 3.6g</p>	 <p>キーマカレー チキンステーキ 白ご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 19.2g 脂質 16.2g 食塩 2.1g</p>	 <p>マス塩焼き 海鮮蓮根はさみ揚げ天 白飯</p> <p>174kcal 蛋白質 25.8g 脂質 16.9g 食塩 6.5g</p>	 <p>鶏肉のコチュジャン焼き たい焼き ごまご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 21.8g 脂質 16.7g 食塩 3.4g</p>	 <p>鮭のエスカバッシュ 田楽 ふりかけご飯</p> <p>174kcal 蛋白質 16.2g 脂質 8.9g 食塩 3.8g</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、おはしは皆様が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。

