

2022年8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 1	火 2	水 3	木 4	金 5
 <p>豆腐ハンバーグ(野菜餡) ミートオムレツ おかかご飯 I材料 - 609kcal 蛋白質 21.5g 脂質 15.6g 食塩 3.6g</p>	 <p>麻婆なす 白身魚フライ ご飯 I材料 - 612kcal 蛋白質 14.8g 脂質 18.4g 食塩 2.4g</p>	 <p>煮合わせ 三角春巻き ゆかりご飯 I材料 - 568kcal 蛋白質 15.4g 脂質 7.5g 食塩 3.3g</p>	 <p>野菜酢豚 イカバーグ(紅生姜) ごまご飯 I材料 - 663kcal 蛋白質 19g 脂質 16.9g 食塩 2.2g</p>	 <p>チキンステーキ キーマカレー ご飯 I材料 - 689kcal 蛋白質 18.4g 脂質 17.8g 食塩 4.3g</p>
 <p>回鍋肉 エビいりはんぺんフライ ふりかけご飯 I材料 - 540kcal 蛋白質 17.9g 脂質 12.2g 食塩 3.7g</p>	 <p>揚げ出し イカ小判 ご飯(梅干し) I材料 - 707kcal 蛋白質 21.9g 脂質 22.5g 食塩 1.6g</p>	 <p>ゴーヤチャンプル ビーフインコロッケ ふりかけご飯 I材料 - 574kcal 蛋白質 30.8g 脂質 13g 食塩 1.8g</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>チキン南蛮 ひじきの煮物 ゆかりご飯 I材料 - 655kcal 蛋白質 18.4g 脂質 21.9g 食塩 4.4g</p>
<p>13日~16日 までお盆休み とさせていただきます。</p>		 <p>鶏肉香草パン粉焼き かぼちゃキッシュ ごまご飯 I材料 - 698kcal 蛋白質 24g 脂質 18.9g 食塩 2.2g</p>	 <p>魚のエスカベッシュ つくね大葉巻き ご飯(梅干し) I材料 - 518kcal 蛋白質 18.3g 脂質 7.2g 食塩 2.2g</p>	 <p>かに玉 麻婆豆腐 ご飯 I材料 - 670kcal 蛋白質 16.3g 脂質 18.4g 食塩 2.5g</p>
 <p>豚肉と木耳の玉子炒め イカバーグ(紅生姜) ゆかりご飯 I材料 - 573kcal 蛋白質 21.8g 脂質 13.5g 食塩 6.2g</p>	 <p>イカの辛みそ炒め チキンステーキ おかかご飯 I材料 - 587kcal 蛋白質 21.6g 脂質 11.8g 食塩 1.7g</p>	 <p>カレーの油淋ソース はんぺんチーズ ふりかけご飯 I材料 - 552kcal 蛋白質 25.8g 脂質 9g 食塩 4.4g</p>	 <p>天ぷら盛り合わせ ベーコンポテトバーグ ごまご飯 I材料 - 586kcal 蛋白質 14.5g 脂質 14.5g 食塩 2g</p>	 <p>レモンパッパーチキンステーキ ロースカツ ご飯(梅干し) I材料 - 679kcal 蛋白質 24.2g 脂質 24g 食塩 4.2g</p>
 <p>さば竜田揚げ(おろし) 豆腐ハンバーグ ふりかけご飯 I材料 - 595kcal 蛋白質 20.9g 脂質 15.3g 食塩 2.9g</p>	 <p>焼き肉とナムル お好み焼き ご飯 I材料 - 552kcal 蛋白質 17.1g 脂質 13g 食塩 3.7g</p>	 <p>オムレツ(トマト) ハムステーキ ゆかりご飯 I材料 - 541kcal 蛋白質 14.8g 脂質 10.1g 食塩 4.5g</p>	<p>平日限定メニュー</p>     <p>※注文は9時までに 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。

