

# 2023年6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
山 か け そ ば	<b>平日限定メニュー</b>  <p>ビーフカレー 450円                  豚丼 500円                  カツカレー 500円</p> <p>※注文は9時までに                  お願いします。</p>		<b>6月より隔週                  ごとに山かけ                  そぼと冷やし                  かき揚げうど                  んの販売を開                  始いたします。</b>	<b>1</b>  鶏肉の香草パン粉焼き ビーフインコロック おかかご飯 1食材 - 698kcal 蛋白質 23.2g 脂質 19g 食塩 3.8g	<b>2</b>  煮合わせ ロースカツ ゆかりご飯 1食材 - 589kcal 蛋白質 19.5g 脂質 12.4g 食塩 3.1g
	か き 揚 げ う ど ん	<b>5</b>  イカと揚げさばのトマトソース 餃子 ごまご飯 1食材 - 737kcal 蛋白質 27.1g 脂質 20.9g 食塩 5.5g		<b>6</b>  レモンペッパーチキンスターキ ミートオムレツ ふりかけご飯 1食材 - 607kcal 蛋白質 21.6g 脂質 18.6g 食塩 2.9g	<b>7</b>  野菜酢豚 イカたっぷり小判 白飯 1食材 - 627kcal 蛋白質 17.2g 脂質 12.9g 食塩 1.4g
山 か け そ ば	<b>12</b>  はんぺんのチーズサンドフライ 回鍋肉 そぼろご飯 1食材 - 718kcal 蛋白質 28.9g 脂質 20.4g 食塩 3.1g	<b>13</b>  チキン南蛮 ベーコンポテトバーグ ハンバーグ ゆかりご飯 1食材 - 649kcal 蛋白質 22.4g 脂質 16.1g 食塩 3.3g	<b>14</b>  カレイのきのこあんかけ ロースカツ ごまご飯 1食材 - 642kcal 蛋白質 28.6g 脂質 15.9g 食塩 2.7g	<b>15</b>  かに玉 エビチリ ふりかけご飯 1食材 - 693kcal 蛋白質 17.2g 脂質 19.3g 食塩 2.9g	<b>16</b>  ハンバーグ (デミ) チキントマトオムレツ おかかご飯 1食材 - 610kcal 蛋白質 20.8g 脂質 15.9g 食塩 2.3g
	か き 揚 げ う ど ん	<b>19</b>  焼き肉とナムル かぼちゃキッシュ 白飯 1食材 - 562kcal 蛋白質 17.8g 脂質 14.4g 食塩 2.7g	<b>20</b>  さかなのいそべやき チーズポテトフライ 菜めし 1食材 - 668kcal 蛋白質 18.4g 脂質 17.2g 食塩 5.5g	<b>21</b>  天ぷら盛り合わせ がんも煮 ふりかけご飯 1食材 - 596kcal 蛋白質 15.8g 脂質 14.9g 食塩 2.9g	<b>22</b>  鶏肉のコチュジャン焼き エビいりはんぺんフライ ゆかりご飯 1食材 - 658kcal 蛋白質 22.3g 脂質 17.6g 食塩 3.1g
山 か け そ ば	<b>26</b>  さば竜田揚げ 八宝菜風塩炒め ゆかりご飯 1食材 - 743kcal 蛋白質 29.5g 脂質 23.1g 食塩 6.3g	<b>27</b>  揚げカレイのチリソース はんぺんチーズボール ふりかけご飯 1食材 - 599kcal 蛋白質 26.1g 脂質 10.9g 食塩 6.3g	<b>28</b>  豚肉ときくらげの玉子炒め イカカツ ごまご飯 1食材 - 566kcal 蛋白質 17.9g 脂質 16.5g 食塩 5.6g	<b>29</b>  魚のエスカベッシュ 鶏ごぼう肉巻き おかかご飯 1食材 - 527kcal 蛋白質 16g 脂質 7.4g 食塩 2.7g	<b>30</b>  豚しゃぶ (ポン酢) ゴーヤチャンプル ふりかけご飯 1食材 - 500kcal 蛋白質 13.3g 脂質 8.8g 食塩 3.8g

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。

■韓流品のお知らせ 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、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。