

2023年10月献立 C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 2	火 3	水 4	木 5	金 6	
山 か け そ ば	肉じゃがコロック 三角春巻 もやしソテー  I補材 - 741kcal 蛋白質 16.1g 脂質 21.3g 食塩 2.7g	チンジャオロース 焼きそば ロースカツ  I補材 - 795kcal 蛋白質 28.9g 脂質 16g 食塩 3.6g	豚肉と木耳の玉子炒め イカフライ 麻婆春雨  I補材 - 864kcal 蛋白質 27.3g 脂質 20.6g 食塩 7.1g	天ぷら盛り合わせ みそつくね ブロッコリー塩炒め  I補材 - 820kcal 蛋白質 24.3g 脂質 20.4g 食塩 4.7g	レモンパッパーチキンステーキ ニラ饅頭 れんこんきんぴら  I補材 - 856kcal 蛋白質 24.8g 脂質 24.1g 食塩 6g	
か き 揚 げ う ど ん	9 	10 タンドリーチキン 野菜コロック いか海苔巻き  I補材 - 814kcal 蛋白質 29.6g 脂質 16.2g 食塩 4.2g	11 とんかつ お好み焼き 切干大根煮  I補材 - 895kcal 蛋白質 30.3g 脂質 23.5g 食塩 6.2g	12 ポークカレー つくね大葉巻き はんぺんチーズフライ  I補材 - 917kcal 蛋白質 28.9g 脂質 22g 食塩 5.3g	13 白身魚のチリソース タレ付き肉団子 麻婆春雨  I補材 - 860kcal 蛋白質 22.3g 脂質 21.5g 食塩 5.1g	
山 か け そ ば	16 鶏肉のコチュジャン焼き 白身フライ がんも  I補材 - 942kcal 蛋白質 31.4g 脂質 24.3g 食塩 7.6g	17 八宝菜風塩炒め イカ小判 大根と豚肉煮  I補材 - 762kcal 蛋白質 28.5g 脂質 16.2g 食塩 5.1g	18 メンチカツ 赤魚 餃子  I補材 - 893kcal 蛋白質 30.5g 脂質 20.8g 食塩 5.1g	19 焼き肉 チリ春巻 ひじきの煮物  I補材 - 851kcal 蛋白質 25.7g 脂質 22.9g 食塩 4.2g	20 カレーコロック オムレツ ミニハンバーグ  I補材 - 808kcal 蛋白質 22.7g 脂質 15.7g 食塩 4.1g	
か き 揚 げ う ど ん	23 ハンバーグ(バター醤油) ロールキャベツ フランクフルト  I補材 - 881kcal 蛋白質 26.8g 脂質 21.1g 食塩 4.4g	24 チキンカツレモン塩麹味 チヂミ 昆布の煮物  I補材 - 815kcal 蛋白質 22.7g 脂質 15.7g 食塩 4.3g	25 チーズ入りコロック ます塩焼き 切干大根煮  I補材 - 835kcal 蛋白質 26.9g 脂質 15.6g 食塩 3.2g	26 アジの南蛮漬け チーズポテトフライ たけのこしゅうまい  I補材 - 771kcal 蛋白質 27g 脂質 14.8g 食塩 2.8g	27 豚串フライ 白身フライ いなり餃子  I補材 - 845kcal 蛋白質 21.9g 脂質 17.2g 食塩 3g	
山 か け そ ば	30 エビフライ オムレツ マカロニソテー  I補材 - 835kcal 蛋白質 23.2g 脂質 19.6g 食塩 3.6g	31 チキン南蛮 みそつくね 高野豆腐の煮物  I補材 - 949kcal 蛋白質 34.3g 脂質 26.4g 食塩 5.7g	<p>隔週ごとに山 かけそばと冷 やしかき揚げ うどんの販売 をいたします。</p>			<p>平日限定メニュー</p> <p>ビーフカレー 450円</p> <p>カツカレー 500円</p> <p>山かけそば 330円</p> <p>豚丼 500円</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。

■乾菜品のお知らせ 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。