

Weekly Menu



埼玉県マスコット「コバトン」

振替休日

		5/6 (月)	5/7 (火)	5/8 (水)	5/9 (木)	5/10 (金)
スペシャル定食	650円	振替休日	北海道よくばりランチ (スパカツ) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 824kcal 23.1g 33.1g 5.1g 110.3g	ビーフ ストロガノフ エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 629kcal 22.3g 13.2g 3.6g 105.5g	ハンバーグステーキ BBQソース&オランダーズ風ソース エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 901kcal 26.9g 38.8g 6.5g 111.9g	中津からあげ (しょうゆ味) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 877kcal 39.3g 32.4g 3.8g 107.5g
定食A	520円		白身魚の 明太子マヨネーズ焼き エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 708kcal 26.0g 28.8g 3.2g 88.4g	麻婆春雨 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 624kcal 16.6g 13.7g 5.2g 112.4g	いわし梅しそフライと コロッケ エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 647kcal 19.0g 17.7g 2.7g 106.4g	鯖の味噌煮 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 889kcal 27.3g 26.3g 7.8g 131.3g
コバトン健康メニュー	600円		5種野菜の プルコギ 野菜 317g エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 611kcal 19.7g 14.8g 2.9g 100.1g	彩り野菜とチキンの 和風おろしだれ 野菜 228g エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 576kcal 25.2g 16.0g 2.7g 83.0g	具だくさん豚汁 野菜 188g エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 560kcal 19.3g 13.3g 2.9g 94.5g	6品目のピビンバ 野菜 199g エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 662kcal 21.2g 23.6g 2.9g 92.3g
カレー	450円		ポークカレー (620kcal 12.3g 15.2g 2.3g) / セットサラダ 100円			
	540円		カツカレー エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 803kcal 16.5g 24.4g 4.1g 134.6g	タイ風グリーンカレー エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 584kcal 17.2g 17.2g 2.2g 93.0g	カツカレー エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 803kcal 16.5g 24.4g 4.1g 134.6g	きのこチーズの カレー エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 572kcal 10.7g 11.9g 3.8g 109.8g
そば・うどん	400円		かけそば・うどん (341kcal 12.3g 1.8g 4.4g) / トッピング70円 (きつね・わかめ・山菜・かき揚げ・ちくわ天・温玉・コロッケ)			
	500円		月見とろろ そば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 445kcal 19.5g 6.7g 5.9g 72.8g	月見とろろ そば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 445kcal 19.5g 6.7g 5.9g 72.8g	たぬきつね そば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 418kcal 14.8g 6.3g 5.9g 73.0g	たぬきつね そば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 418kcal 14.8g 6.3g 5.9g 73.0g
中華麺	500円		醤油ラーメン (503kcal 20.0g 10.0g 8.2g)			
	550円		塩コーンラーメン エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 560kcal 18.7g 14.0g 7.8g 86.3g	こがし味噌らーめん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 714kcal 22.6g 23.2g 9.3g 100.6g	明太子 とんこつラーメン エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 555kcal 26.0g 11.3g 10.4g 83.1g	コーンバター 醤油ラーメン エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 698kcal 19.5g 28.8g 7.9g 87.0g
小鉢	100円		冷奴80円・納豆80円・小松菜のお浸し80円・小松菜の胡麻和え80円・いなり120円・おにぎり120円・ヨーグルト80~140円			
	120円	ブロッコリーの 辛子マヨ和え	豆もやしと ひじきのナムル	ポテトの胡麻マヨ和え	オクラのごま和え	
デザート	120円	こんにゃくと 野菜の煮物	切干大根	蓮根としめじの 甘辛炒め	ツナじゃが	
	140円		手作りプリン	手作りプリン		
弁当	550円	ベイクドスフレ チーズケーキ	ミルクレープ	ダブルベリー	キャラメルケーキ	
		白身魚の 明太子マヨネーズ焼き弁当	麻婆春雨弁当	いわし梅しそフライと コロッケ弁当	鯖の味噌煮弁当	

*配達のお弁当も味噌汁付きです。

食材の納品の都合により、メニューは変更になることもございます



第二職員食堂

お弁当のご注文は、当日10時までにお電話でお願いいたします。 内線2494 又は 048-824-6291 (9時30以降は、048-824-6291へおかけ下さい。)