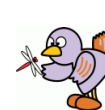


Weekly Menu



埼玉県マスコット「コバトン」

		10/6 (月)	10/7 (火)	10/8 (水)	10/9 (木)	10/10 (金)
スペシャル定食	710円	ミルフィーユカツ エネルギー 854kcal たんぱく質 30.2g 脂質 35.9g 食塩相当量 1.7g 炭水化物 105.0g		ハンバーグ 和風きのこソース エネルギー 600kcal たんぱく質 23.7g 脂質 12.3g 食塩相当量 4.7g 炭水化物 101.8g	バジルチキンソテー エネルギー 742kcal たんぱく質 36.2g 脂質 29.6g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 85.6g	
定食A	610円	チキンのデミトマやわらか煮 エネルギー 697kcal たんぱく質 27.2g 脂質 21.1g 食塩相当量 3.7g 炭水化物 102.9g	牛肉と葱の炒め エネルギー 741kcal たんぱく質 22.5g 脂質 26.2g 食塩相当量 3.0g 炭水化物 106.6g	豚挽肉と春雨の オイスターソース エネルギー 721kcal たんぱく質 15.1g 脂質 24.2g 食塩相当量 4.4g 炭水化物 114.1g	豚焼肉ともやしの ねぎソース エネルギー 615kcal たんぱく質 24.0g 脂質 15.1g 食塩相当量 4.0g 炭水化物 97.1g	チーズと大葉の竜田揚げ エネルギー 550kcal たんぱく質 21.4g 脂質 9.0g 食塩相当量 2.8g 炭水化物 98.7g
コバトン健康メニュー	670円		揚げない油淋鶏 エネルギー 574kcal たんぱく質 27.2g 脂質 18.5g 食塩相当量 2.8g 炭水化物 77.0g			1/2日分の野菜が摂れる タコライス エネルギー 550kcal たんぱく質 17.5g 脂質 15.8g 食塩相当量 2.7g 炭水化物 89.5g
カレー	510円	¥690 ボークカレー (620kcal 12.3g 15.2g 2.3g) / セットサラダ 130円				
	630円	カツカレー エネルギー 797kcal たんぱく質 15.7g 脂質 23.2g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 134.5g	【日乃屋 神田店監修】 ビーフカレー エネルギー 714kcal たんぱく質 16.4g 脂質 22.5g 食塩相当量 3.9g 炭水化物 113.8g	カツカレー エネルギー 797kcal たんぱく質 15.7g 脂質 23.2g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 134.6g	カツカレー エネルギー 797kcal たんぱく質 15.7g 脂質 23.2g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 134.6g	カツカレー エネルギー 797kcal たんぱく質 15.7g 脂質 23.2g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 134.6g
そば・うどん	480円	かけそば・うどん (341kcal 12.3g 1.8g 4.4g) / トッピング100円 (きつね・わかめ・山菜・丸天・ちくわ天・湯玉・コロツケ)				
	580円	鴨南蛮そば・うどん エネルギー 453kcal たんぱく質 15.6g 脂質 12.9g 食塩相当量 5.0g 炭水化物 66.1g	鴨南蛮そば・うどん エネルギー 453kcal たんぱく質 15.6g 脂質 12.9g 食塩相当量 5.0g 炭水化物 66.1g	鴨南蛮そば・うどん エネルギー 453kcal たんぱく質 15.6g 脂質 12.9g 食塩相当量 5.0g 炭水化物 66.1g	鴨南蛮そば・うどん エネルギー 453kcal たんぱく質 15.6g 脂質 12.9g 食塩相当量 5.0g 炭水化物 66.1g	鴨南蛮そば・うどん エネルギー 453kcal たんぱく質 15.6g 脂質 12.9g 食塩相当量 5.0g 炭水化物 66.1g
中華麺	580円	¥690 醤油ラーメン (503kcal 20.0g 10.0g 8.2g)				
	630円	味噌チャーシュー麺 エネルギー 668kcal たんぱく質 26.3g 脂質 24.8g 食塩相当量 9.0g 炭水化物 81.3g	唐揚げ塩ラーメン エネルギー 682kcal たんぱく質 25.5g 脂質 24.3g 食塩相当量 7.5g 炭水化物 86.2g	広東麺 エネルギー 586kcal たんぱく質 23.6g 脂質 16.3g 食塩相当量 6.9g 炭水化物 82.1g	【味千拉麺監修】 熊本らーめん エネルギー 807kcal たんぱく質 27.0g 脂質 39.9g 食塩相当量 7.4g 炭水化物 80.0g	台湾辛味ラーメン エネルギー 556kcal たんぱく質 21.2g 脂質 17.0g 食塩相当量 7.2g 炭水化物 75.0g
小鉢		冷奴100円・納豆100円・小松菜のお浸し100円・小松菜の胡麻和え100円・いなり130円・おにぎり130円・ヨーグルト100～160円				
	150円	レンコンの鶏そぼろあん	炒り豆腐	厚揚げの煮付け	鶏肉団子と白菜のうま煮	ひじきと大豆の煮物
デザート	140円					
弁当	630円	チキンのデミトマやわらか煮弁当	牛肉と葱の炒め弁当	豚挽肉と春雨の オイスターソース弁当	豚焼肉ともやしの ねぎソース弁当	チーズと大葉の竜田揚げ弁当

*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

*お弁当は配達料金として40円追加で頂いております。



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。)