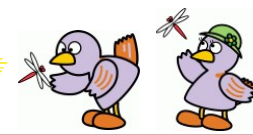


Weekly Menu



埼玉県マスコット「コバトン」

		10/21 (月)	10/22 (火)	10/23 (水)	10/24 (木)	10/25 (金)
スペシャル 定食	650円	ヒレカツ デミソース エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 795kcal 27.0g 24.4g 3.9g 119.6g	豚挽肉の胡麻だれソース エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 930kcal 26.3g 47.1g 5.1g 103.2g	チキン南蛮 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 986kcal 37.2g 47.5g 3.4g 105.1g	ヒピンバ丼と クッパ風スープ エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 1047kcal 33.6g 41.7g 11.0g 138.2g	デカ盛！ハンバーグ丼 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 883kcal 26.1g 24.8g 6.3g 149.9g
	定食A	520円	鶏挽肉と野菜の塩炒め エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 532kcal 16.0g 9.6g 4.0g 98.7g	白身魚の細切り野菜 甘酢あんかけ エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 641kcal 20.2g 13.6g 2.8g 111.9g	肉じゃが エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 579kcal 17.6g 8.5g 3.9g 111.9g	若鶏と玉子の炒め エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 694kcal 25.4g 21.7g 5.0g 101.0g
コバトン 健康メニュー	600円	白身魚のムニエル オニオンソース エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 554kcal 23.5g 17.3g 2.9g 75.4g	1/2日分野菜の麻婆茄子 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 607kcal 19.8g 27.3g 2.9g 95.1g	チキンのハーブ焼き エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 617kcal 26.0g 21.3g 2.9g 84.0g	豚肉と青菜の塩炒め エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 561kcal 22.1g 17.9g 2.6g 80.6g	スープワンタン エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 504kcal 16.5g 7.9g 2.6g 77.8g
	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 797kcal 15.7g 23.2g 4.5g 134.6g	ツナと茄子のカレー エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 603kcal 13.2g 14.1g 3.6g 108.9g	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 797kcal 15.7g 23.2g 4.5g 134.6g	タイ風チキン・レッドカレー エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 666kcal 23.8g 23.1g 2.9g 93.4g	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 797kcal 15.7g 23.2g 4.5g 134.6g
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・丸天・ごぼ天・ちくわ天・温玉・コロケ)				
	500円	カレーそば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 490kcal 19.5g 10.6g 6.6g 77.0g	カレーそば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 490kcal 19.5g 10.6g 6.6g 77.0g	カレーそば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 490kcal 19.5g 10.6g 6.6g 77.0g	カレーそば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 490kcal 19.5g 10.6g 6.6g 77.0g	カレーそば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 490kcal 19.5g 10.6g 6.6g 77.0g
中華麺	500円	醤油ラーメン (503kcal 20.0g 10.0g 8.2g)				
	550円	味噌ワンタン麺 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 610kcal 23.8g 14.6g 10.1g 92.2g	煮干ラーメン エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 538kcal 20.7g 16.1g 8.5g 73.5g	もやしあんかけ塩ラーメン エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 487kcal 19.9g 8.6g 8.2g 78.3g	中野大勝軒 元祖つけそば エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 783kcal 28.9g 27.7g 8.4g 95.1g	高菜とんこつラーメン エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 627kcal 24.3g 19.9g 11.7g 83.0g
小鉢	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	さつま芋のはちみつバター風味	切干大根のきんぴら	大根とベーコンの洋風きんぴら	厚揚げの煮付け	青梗菜と油揚げの炒め
デザート	120円	手作りプリン			手作りプリン	
弁当	550円	豚挽肉と野菜の塩炒め弁当	白身魚の細切り野菜 甘酢あんかけ弁当	肉じゃが弁当	若鶏と玉子の炒め弁当	牛肉コロケとチキンカツ弁当

*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。)