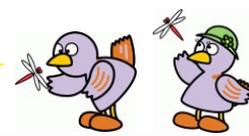


Weekly Menu



埼玉県マスコット「コバトン」

小鉢付き 10/25 (金)

		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 795kcal たんぱく質 27.0g 脂質 24.4g 食塩相当量 3.9g 炭水化物 119.6g	豚挽肉の胡麻だれソース エネルギー 930kcal たんぱく質 26.3g 脂質 47.1g 食塩相当量 5.1g 炭水化物 103.2g	チキン南蛮 エネルギー 986kcal たんぱく質 37.2g 脂質 47.5g 食塩相当量 3.4g 炭水化物 105.1g	ヒピンバ丼とクッパ風スープ エネルギー 1047kcal たんぱく質 33.6g 脂質 41.7g 食塩相当量 11.0g 炭水化物 138.2g	デカ盛！ハンバーグ丼 エネルギー 883kcal たんぱく質 26.1g 脂質 24.8g 食塩相当量 6.3g 炭水化物 149.9g
定食A	520円	鶏挽肉と野菜の塩炒め エネルギー 532kcal たんぱく質 16.0g 脂質 9.6g 食塩相当量 4.0g 炭水化物 98.7g	白身魚の細切り野菜甘酢あんかけ エネルギー 641kcal たんぱく質 20.2g 脂質 13.6g 食塩相当量 2.8g 炭水化物 111.9g	肉じゃが エネルギー 579kcal たんぱく質 17.6g 脂質 8.5g 食塩相当量 3.9g 炭水化物 111.9g	若鶏と玉子の炒め エネルギー 694kcal たんぱく質 25.4g 脂質 21.7g 食塩相当量 5.0g 炭水化物 101.0g	大判コロケとチキンカツ エネルギー 745kcal たんぱく質 18.6g 脂質 25.0g 食塩相当量 2.2g 炭水化物 114.0g
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 554kcal たんぱく質 23.5g 脂質 17.3g 食塩相当量 2.9g 炭水化物 75.4g	1/2日分野菜の麻婆茄子 エネルギー 607kcal たんぱく質 19.8g 脂質 27.3g 食塩相当量 2.9g 炭水化物 95.1g	チキンのハーブ焼き エネルギー 617kcal たんぱく質 26.0g 脂質 21.3g 食塩相当量 2.9g 炭水化物 84.0g	豚肉と青菜の塩炒め エネルギー 561kcal たんぱく質 22.1g 脂質 17.9g 食塩相当量 2.6g 炭水化物 80.6g	スープワンタン エネルギー 504kcal たんぱく質 16.5g 脂質 7.9g 食塩相当量 2.6g 炭水化物 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 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	ツナと茄子のカレー エネルギー 603kcal たんぱく質 13.2g 脂質 14.1g 食塩相当量 3.6g 炭水化物 108.9g	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	タイ風チキン・レッドカレー エネルギー 666kcal たんぱく質 23.8g 脂質 23.1g 食塩相当量 2.9g 炭水化物 93.4g	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	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 490kcal たんぱく質 19.5g 脂質 10.6g 食塩相当量 6.6g 炭水化物 77.0g	カレーそば・うどん エネルギー 490kcal たんぱく質 19.5g 脂質 10.6g 食塩相当量 6.6g 炭水化物 77.0g	カレーそば・うどん エネルギー 490kcal たんぱく質 19.5g 脂質 10.6g 食塩相当量 6.6g 炭水化物 77.0g	カレーそば・うどん エネルギー 490kcal たんぱく質 19.5g 脂質 10.6g 食塩相当量 6.6g 炭水化物 77.0g	カレーそば・うどん エネルギー 490kcal たんぱく質 19.5g 脂質 10.6g 食塩相当量 6.6g 炭水化物 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 610kcal たんぱく質 23.8g 脂質 14.6g 食塩相当量 10.1g 炭水化物 92.2g	煮干ラーメン エネルギー 538kcal たんぱく質 20.7g 脂質 16.1g 食塩相当量 8.5g 炭水化物 73.5g	もやしあんかけ塩ラーメン エネルギー 487kcal たんぱく質 19.9g 脂質 8.6g 食塩相当量 8.2g 炭水化物 78.3g	中野大勝軒 元祖つけそば エネルギー 783kcal たんぱく質 28.9g 脂質 27.7g 食塩相当量 8.4g 炭水化物 95.1g	高菜とんこつラーメン エネルギー 627kcal たんぱく質 24.3g 脂質 19.9g 食塩相当量 11.7g 炭水化物 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					
デザート	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
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

¥620

*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。)