

2020年9月

給食弁当メニュー表



株式会社 千鳥

TEL 082-533-8655

FAX 082-277-8617

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
日付	31日	1日	2日	3日	4日
A	鯖の竜田揚 大根のイタリアンサラダ 172 Kcal	鶏肉のガーリックペッパー焼 肉じゃが 276 Kcal	すきやき風煮 カリフラワーとベーコンのサラダ 273 Kcal	味噌トンカツ じゃがいもの明太子ソテー 266 Kcal	チーズハンバーグ 蓮根の金平 362 Kcal
B	カツカレー さごしの一味照焼 337 Kcal	鱈の唐揚げのこあんかけ 豆腐ハンバーグ 315 Kcal	豚肉のチンジャオロース かきあげ 401 Kcal	白身魚のピザ焼 マヨタマハムカツ 341 Kcal	鶏肉の七味マヨネーズ焼 サーモンフライ 539 Kcal
日付	7日	8日	9日	10日	11日
A	鶏肉の唐揚 こんにゃくの金平 392 Kcal	チャプチェ シェルマカロニサラダ 361 Kcal	サーモンフライ ペンネの和風ソテー 340 Kcal	牛丼風煮 インゲンとハムのサラダ 316 Kcal	揚げカレイのチリソースかけ セロリとカニカマのサラダ 279 Kcal
B	鮭のガーリックペッパー焼 ピーマンの肉詰めフライ 388 Kcal	鯖の味噌煮 チキンナゲット 477 Kcal	デミグラスソースハンバーグ うずら2個串フライ 387 Kcal	鶏肉の唐揚 イカたっぷり小判 454 Kcal	白身魚のピカタ 三角春巻 365 Kcal
日付	14日	15日	16日	17日	18日
A	鯖の味噌煮 マロニーの炒り煮 383 Kcal	和風ハンバーグ スイートえんどうのカニカマサラダ 232 Kcal	エビフライ 牛肉と牛蒡の煮物 426 Kcal	ヒレカツ きのこのツナサラダ 338 Kcal	回鍋肉 野菜コロッケ 279 Kcal
B	豚肉の塩だれ炒め 白身フライ 445 Kcal	フライドチキン ミートオムレツ 455 Kcal	鱈の南蛮漬 お好み焼き 278 Kcal	メンチカツ 太刀魚のハーブ焼 483 Kcal	鯖の塩焼き 肉団子 368 Kcal
日付	21日	22日	23日	24日	25日
A			サーモンフライ 干切さつまいもの甘煮 383 Kcal	ドライカレー 白菜のツナサラダ 252 Kcal	ハムカツ 焼ビーフン 353 Kcal
B			鮭のムニエル 焼鳥 343 Kcal	牛丼風煮 カニ風味クリーミーコロッケ 474 Kcal	白身魚のバジル焼 豚串カツ 344 Kcal
日付	28日	29日	30日		
A	デミグラスソースハンバーグ 筍と高菜の炒め物 271 Kcal	鱈フライ 蓮根サラダ 273 Kcal	野菜炒め ペンネの和風ソテー 271 Kcal		
B	酢豚 白身魚のペッパー焼 378 Kcal	サゴシの西京焼き 豚の紫蘇チーズカツ 337 Kcal	ビビンバ炒め イカと野菜のカツ 505 Kcal		

材料の都合上メニューを多少変更する場合がございます。 ミニライス218kcal・小ライス369kcal・中ライス436kcal(国産米を使用しております。) 小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かにを使用している場合があります。上記のkcalは、おかずのみの記載となっております。 食品衛生上、なるべく午後1時までにお召し上がりください。 配達後は直射日光をさけ、涼しい場所で保管してください。