

2021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			1日	2日	3日
A			鯖の塩焼き 胡瓜と玉葱のトマトサラダ 317 Kcal	若鶏の醤油香揚げ 鯖の照焼 336 Kcal	タッカルビ風 カニクリームコロッケ 341 Kcal
B			エビフライ お好み焼 455 Kcal	麻婆豆腐 エビチリ 419 Kcal	トンカツ ホッケの塩焼 452 Kcal
日付	6日	7日	8日	9日	10日
A	ヒレカツ ひじきの炒り煮 336 Kcal	鰯の南蛮漬 水菜サラダ 324 Kcal	回鍋肉 コーンポタージュフライ 357 Kcal	鶏肉の照り焼 ヤングコーンのサラダ 315 Kcal	豚しゃぶ 蓮根のサウザンサラダ 307 Kcal
B	デミグラスソースハンバーグ 海鮮カツ 440 Kcal	豚肉の生姜炒め かに玉 426 Kcal	鯖の胡麻漬焼 チキンナゲット 415 Kcal	ビビンバ炒め 椎茸海老詰めフライ 446 Kcal	揚げカレイのトマトソースかけ 肉団子 435 Kcal
日付	13日	14日	15日	16日	17日
A	豚肉の生姜炒め サーモンマヨフライ 342 Kcal	鯖の味噌煮 パンプキンサラダ 331 Kcal	鶏肉の唐揚げ 焼ビーフン 374 Kcal	メンチカツ ブロッコリーとハムのチーズサラダ 359 Kcal	エビフライ じゃがいもとピーマンと豚肉の甘辛炒め 386 Kcal
B	鮭のガーリックペッパー焼 ささ身のかりかり揚げ 458 Kcal	チキンカツ さごしの照り焼 469 Kcal	回鍋肉 わかさぎの天ぷら 443 Kcal	白身魚のムニエル 蓮根の肉詰めフライ 439 Kcal	牛肉の味噌炒め 揚げたこ焼 425 Kcal
日付	20日	21日	22日	23日	24日
A	揚げカレイのチリソースからめ シーザーサラダ 332 Kcal	焼肉炒め カリフラワーとウインナーのサラダ 353 Kcal	トンカツ ペペロンチーノスパゲッティ 376 Kcal	鶏肉のペッパーレモン焼 こんにゃくの金平 354 Kcal	ルーローハン風炒め 海鮮カツ 344 Kcal
B		鰯の唐揚げ中華ダシがけ ハムのチーズ焼き 437 Kcal	鶏肉の山賊焼 ホタテ風味クリームコロッケ 463 Kcal		メンチカツ お好み焼き 450 Kcal
日付	27日	28日	29日	30日	
A	イタリアンハンバーグ マカロニとベーコンのソテー 364 Kcal	白身魚のピリ辛ソースがらめ 人参とえのきのサラダ 354 Kcal	八宝菜 ツナマヨフライ 325 Kcal	鯖の照焼 牛肉と玉葱のカレー醤油炒め 331 Kcal	
B	エビフライ カマンベールチーズオムレツ 468 Kcal	牛丼風煮 ホッケの塩焼 414 Kcal	フライドチキン 太刀魚の照焼 446 Kcal	豚しゃぶ イカリングフライ 421 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避け、涼しい場所で保管してください。