

2022年1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					
A					
B					
日付	3日	4日	5日	6日	7日
A	お休み	メンチカツ ＜パック弁当・ご予約のみ＞ 357 Kcal	白身魚のガーリック焼 ハムカツ 339 Kcal	鶏肉の唐揚げ レタスとサラミのサラダ 379 Kcal	鯖の生姜煮 さつまいもサラダ 349 Kcal
B			豚肉の生姜炒め 揚げししゃも 429 Kcal	麻婆豆腐 ホッケの生姜醤油焼 442 Kcal	タラの唐揚げのトマトソースかけ ねぎ焼 423 Kcal
日付	10日	11日	12日	13日	14日
A	 成人の日	さごしの竜田揚げ えのきと人参のサラダ 377 Kcal	鶏肉のハニーマスタードソースかけ 筍とねぎの白だし炒め 332 Kcal	ヒレカツ ブロッコリーのツナサラダ 382 Kcal	鰯フライ こんにゃくの金平 358 Kcal
B		ビビンバ炒め サゴシのバジル焼 460 Kcal	鯖の照焼 揚げギョーザ 429 Kcal	豚しゃぶ えびカツ 451 Kcal	デミグラスソースハンバーグ カニクリームコロッケ 467 Kcal
日付	17日	18日	19日	20日	21日
A	鯖の塩焼 ジャーマンポテト 320 Kcal	ハッシュドビーフ セロリの中華サラダ 351 Kcal	エビフライ 白菜とさつま揚げの煮浸し 382 Kcal	ルーローハン風炒め 春雨サラダ 324 Kcal	トンカツ 炒り鶏 377 Kcal
B	ミックスフライ 黄金てまり串 486 Kcal	フライドチキン イカ小判 437 Kcal	豚肉の塩だれ炒め ホキの照焼 430 Kcal	鶏肉のにんにく黒ゴマ胡椒焼 揚げたこ焼 422 Kcal	フルコギ風炒め 赤魚の唐揚げ 471 Kcal
日付	24日	25日	26日	27日	28日
A	デミグラスソースハンバーグ かぼちゃのポタージュフライ 371 Kcal	カツオカツ 大根と干しエビの和風サラダ 328 Kcal	麻婆豆腐 チンゲン菜と焼豚のソテー 339 Kcal	鰯の南蛮漬け 豚肉とニンニクの芽のソテー 365 Kcal	牛肉コロッケ 胡瓜とわかめの青じそサラダ 348 Kcal
B	タラの唐揚げ黒胡椒ソースかけ 野菜のミンチ巻き 473 Kcal	チンジャオロース イカリングフライ 443 Kcal	鰯の蒲焼 お好み焼き 432 Kcal	油淋鶏 ホッケの照焼 481 Kcal	白身魚のクリームかけ 蓮根の肉詰めフライ 467 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。