

2022年6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			和風ハンバーグ ブロッコリーとベーコンのサラダ 324 Kcal	鯖の塩焼き 肉団子 341 Kcal	豚丼風煮 若竹煮 354 Kcal
B			アジの蒲焼 山芋のとろっと焼 423 Kcal	回鍋肉 ホタテ風味クリーミーコロッケ 435 Kcal	タラのムニエルバター醤油 うずら串フライ 418 Kcal
日付	6日	7日	8日	9日	10日
A	鱈フライ 親子煮 331 Kcal	タッカルビ風 卵サラダ 328 Kcal	若鶏の香ばし揚げ 春雨の柚子胡椒炒め 341 Kcal	白身魚のレモン焼 蓮根のバジルサラダ 312 Kcal	メンチカツ レタスとコーンとハムのフレンチサラダ 363 Kcal
B	豚肉の塩だれ炒め 鱈の照焼 443 Kcal	油淋鶏 タラのバター醤油焼 465 Kcal	鯖の味噌煮 ハムチーズフライ 428 Kcal	トンカツ さごしの葱塩焼き 455 Kcal	牛肉と蓮根の甘辛炒め チヂミ 431 Kcal
日付	13日	14日	15日	16日	17日
A	鶏肉の唐揚げ ゴーヤチャンプルー 356 Kcal	豚肉の中華炒め チョレギサラダ 330 Kcal	鯖の味噌煮 お好み焼き 364 Kcal	牛丼風煮 キャベツとわかめのカニカマポン酢和え 352 Kcal	チキンカツ 和風スパゲッティ 360 Kcal
B	ビビンバ炒め 3種のチーズロール 434 Kcal	エビフライ オムレツ 477 Kcal	和風ハンバーグ 揚げししゃも 462 Kcal	若鶏醤油香り揚げ 鯖の塩焼き 450 Kcal	鱈の南蛮漬け 焼ハム 448 Kcal
日付	20日	21日	22日	23日	24日
A	牛肉と蓮根の塩ごま油炒め 野菜コロッケ 372 Kcal	デミグラスハンバーグ 春雨サラダ 359 Kcal	カレーの竜田揚げ 焼豚と玉葱の甘辛炒め 322 Kcal	ヒレカツ カリフラワーとベーコンのサラダ 365 Kcal	アジの蒲焼 鶏ごぼう煮 332 Kcal
B	鶏肉の唐揚げ 太刀魚の照焼 473 Kcal	赤魚の黒胡椒ソースかけ 3種のささみチーズフライ 429 Kcal	豚肉の生姜炒め 白身フライ 435 Kcal	鯖の塩焼き チキンナゲット 418 Kcal	すき焼き風煮 カニクリームコロッケ 447 Kcal
日付	27日	28日	29日	30日	
A	エビフライ 胡麻ドレッシングパゲッティ 367 Kcal	回鍋肉 ブロッコリーとコーンのサラダ 342 Kcal	トンカツ ジャーマンポテト 358 Kcal	鯖の照焼 蓮根の肉詰めフライ 327 Kcal	
B	焼肉炒め 揚げししゃも 460 Kcal	タラのピリ辛濃い照焼 ウインナーフライ 435 Kcal	豚しゃぶ 海鮮カツ 451 Kcal	メンチカツ 鯖の塩焼 446 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。 副菜は、A・B共通で入ることがあります。