

2022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
A				白身魚のトマトソースかけ もやしとねぎの煮浸し 326 Kcal	鱈フライ 筑前煮 341 Kcal
B				回鍋肉 わかさぎの天ぷら 464 Kcal	豚丼風炒め 鱈大葉フライ 431 Kcal
日付	5日	6日	7日	8日	9日
A	デミハンバーグ カニクリームコロッケ 368 Kcal	エビフライ ブロッコリーとコーンのサラダ 385 Kcal	鯖の塩焼き 冬瓜と挽肉のあんかけ 341 Kcal	牛肉と蓮根の塩ごま油炒め パンプキンサラダ 359 Kcal	チキンカツ レタスとベーコンのサラダ 362 Kcal
B	ビビンバ炒め イカと彩野菜のカツ 440 Kcal	鶏肉のバジル焼 ホキの竜田揚げ 421 Kcal	メンチカツ 太刀魚の照焼 451 Kcal	アジの蒲焼 うずら串フライ 463 Kcal	豚肉の生姜炒め サーモンマヨフライ 481 Kcal
日付	12日	13日	14日	15日	16日
A	牛肉コロッケ ゴーヤと豚肉の甘辛炒め 382 Kcal	鶏肉のガーリック焼 さつまいもサラダ 369 Kcal	タッカルビ風 五目巾着 351 Kcal	鱈の南蛮漬け 大根とツナのサラダ 357 Kcal	トンカツ 和風スパゲッティ 364 Kcal
B	鯖の塩焼き ウインナーフライ 470 Kcal	酢豚 赤魚の照焼 486 Kcal	エビフライ お好み焼き 494 Kcal	イタリアンハンバーグ ホタテ風味クリーミーコロッケ 483 Kcal	すき焼き風煮 鱈の塩焼き 474 Kcal
日付	19日	20日	21日	22日	23日
A		メンチカツ レタスとサラミのサラダ 364 Kcal	海老寄せフライ 親子煮 372 Kcal	タラの照焼 シェルマカロニサラダ 357 Kcal	
B		鱈の南蛮漬け えび海鮮餃子 441 Kcal	鶏肉の濃い照焼 揚げたこ焼き 485 Kcal	牛肉と蓮根の甘辛炒め ホキの塩焼き 439 Kcal	
日付	26日	27日	28日	29日	30日
A	鱈の蒲焼 焼豚と玉葱の甘辛炒め煮 330 Kcal	鶏肉の唐揚げ レタスとコーンのフレンチサラダ 385 Kcal	豚肉の生姜炒め サーモンマヨフライ 388 Kcal	白身魚の磯辺揚げ 切昆布の炒り煮 334 Kcal	和風ハンバーグ 卵サラダ 363 Kcal
B	豚しゃぶ 揚げししゃも 452 Kcal	サバの味噌煮 キムチチヂミ 431 Kcal	フライドチキン 赤魚の照焼 470 Kcal	麻婆豆腐 白身フライ 461 Kcal	トンカツ 鱈の七味焼 481 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。