

# Weekly Menu



埼玉県マスコット「コバトン」

|            |      | 6/9 (月)                                                                                              | 6/10 (火)                                                                                                | 6/11 (水)                                                                                          | 6/12 (木)                                                                                            | 6/13 (金)                                                                                                  |
|------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| スペシャル定食    | 710円 | <b>【京鼎樓】中華丼</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>605kcal 17.9g 18.5g 5.8g 97.0g        |                                                                                                         | <b>豚ロース肉の照り生姜焼き</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>730kcal 29.8g 24.1g 3.5g 95.6g | <b>ご当地【大分】中津からあげ</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>865kcal 38.9g 32.4g 3.8g 106.8g |                                                                                                           |
| 定食A        | 610円 | <b>鶏肉団子と野菜のトマト煮込み</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>619kcal 17.2g 13.3g 3.2g 111.1g | <b>鶏肉と野菜の味噌炒め</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>793kcal 21.1g 33.5g 4.0g 104.8g        | <b>水餃子の五目あん</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>609kcal 14.5g 13.1g 4.0g 112.4g    | <b>豚と厚揚げの四川炒め</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>747kcal 26.4g 29.4g 4.4g 98.4g     | <b>いわし梅しそフライとデミグラスコロッケ</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>714kcal 19.1g 23.7g 3.0g 109.5g |
| コバトン健康メニュー | 670円 |                                                                                                      | <b>白身魚の香味焼き</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>516kcal 23.5g 15.7g 2.9g 72.6g           |                                                                                                   |                                                                                                     | <b>メキシカンチリライス</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>583kcal 20.1g 12.4g 2.6g 105.8g          |
| カレー        | 510円 | <b>¥690</b> ポークカレー (620kcal 12.3g 15.2g 2.3g) / セットサラダ 130円                                          |                                                                                                         |                                                                                                   |                                                                                                     |                                                                                                           |
|            | 630円 | <b>カツカレー</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>797kcal 15.7g 23.2g 4.5g 134.6g          | <b>【日乃屋 神田店監修】ビーフカレー</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>685kcal 15.7g 21.2g 3.2g 110.2g | <b>カツカレー</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>797kcal 15.7g 23.2g 4.5g 134.6g       | <b>タイ風チキンレッドカレー</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>609kcal 18.7g 19.1g 2.9g 93.4g   | <b>カツカレー</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>797kcal 15.7g 23.2g 4.5g 134.5g               |
| そば・うどん     | 480円 | <b>かけそば・うどん (341kcal 12.3g 1.8g 4.4g) / トッピング100円 (きつね・わかめ・山菜・丸天・ごぼ天・ちくわ天・温玉・コロッケ)</b>               |                                                                                                         |                                                                                                   |                                                                                                     |                                                                                                           |
|            | 580円 | <b>肉みそ茄子そば・うどん</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>510kcal 16.0g 16.9g 5.8g 71.0g     | <b>肉みそ茄子そば・うどん</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>510kcal 16.0g 16.9g 5.8g 71.0g        | <b>肉みそ茄子そば・うどん</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>510kcal 16.0g 16.9g 5.8g 71.0g  | <b>肉みそ茄子そば・うどん</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>510kcal 16.0g 16.9g 5.8g 71.0g    | <b>肉みそ茄子そば・うどん</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>510kcal 16.0g 16.9g 5.8g 71.0g          |
| 中華麺        | 580円 | <b>¥690</b> 醤油ラーメン (503kcal 20.0g 10.0g 8.2g)                                                        |                                                                                                         |                                                                                                   |                                                                                                     |                                                                                                           |
|            | 630円 | <b>味噌ワンタン麺</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>579kcal 22.6g 12.7g 8.3g 90.0g         | <b>とんこつ野菜ラーメン</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>556kcal 23.1g 12.9g 9.0g 83.6g         | <b>タンメン</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>474kcal 19.9g 7.3g 7.7g 79.1g          | <b>中野大勝軒 元祖つけそば</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>777kcal 28.9g 26.6g 8.5g 95.9g   | <b>県庁ラーメン</b><br><small>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物</small><br>577kcal 25.5g 15.4g 9.2g 78.5g               |
| 小鉢         |      | 冷奴100円・納豆100円・小松菜のお浸し100円・小松菜の胡麻和え100円・いなり130円・おにぎり130円・ヨーグルト100円                                    |                                                                                                         |                                                                                                   |                                                                                                     |                                                                                                           |
|            | 150円 | さつま芋のはちみつバター風味                                                                                       | 切干大根のきんぴら                                                                                               | 青梗菜と油揚げの炒め                                                                                        | 大根とベーコンの洋風きんぴら                                                                                      | キャベツとハムのコンソメソテー                                                                                           |
| デザート       | 140円 |                                                                                                      |                                                                                                         |                                                                                                   |                                                                                                     |                                                                                                           |
| 弁当         | 630円 | <b>鶏肉団子と野菜のトマト煮込み弁当</b>                                                                              | <b>鶏肉と野菜の味噌炒め弁当</b>                                                                                     | <b>水餃子の五目あん弁当</b>                                                                                 | <b>豚と厚揚げの四川炒め弁当</b>                                                                                 | <b>いわし梅しそフライ弁当</b>                                                                                        |

\*配達の弁当も味噌汁付きです。

食材の納品の都合により、メニューは変更になることもございます

\*弁当は配達料金として40円追加で頂いております。配達後は早めにお召し上がりください。

お弁当のご注文は、当日10時までにお電話でお願いいたします。 内線2494 又は 048-824-6291 (9時30以降は、048-824-6291へおかけ下さい。)



第二職員食堂