





Weekly Menu



埼玉県マスコット「コバトン」

		1/12 (月)	1/13 (火)	1/14 (水)	1/15 (木)	1/16 (金)
スペシャル定食	710円	成人の日		白身魚の唐揚げ 照焼ソース エネルギー 685kcal たんぱく質 28.0g 脂質 14.6g 食塩相当量 4.9g 炭水化物 113.8g	とんてき エネルギー 719kcal たんぱく質 27.0g 脂質 20.5g 食塩相当量 6.2g 炭水化物 104.1g	
定食A	610円		レバニラ炒め エネルギー 581kcal たんぱく質 22.0g 脂質 11.9g 食塩相当量 3.7g 炭水化物 98.9g	魚介の野菜炒め エネルギー 474kcal たんぱく質 16.1g 脂質 4.0g 食塩相当量 3.1g 炭水化物 95.0g	牛肉のオイスターソース炒め エネルギー 688kcal たんぱく質 18.7g 脂質 25.7g 食塩相当量 3.7g 炭水化物 99.3g	ササミソ巻きフライと キャベツメンチカツ エネルギー 716kcal たんぱく質 25.8g 脂質 14.8g 食塩相当量 3.3g 炭水化物 121.9g
コバトン健康メニュー	670円		鶏ささみの焼きマヨカツ エネルギー 602kcal たんぱく質 24.7g 脂質 12.2g 食塩相当量 2.9g 炭水化物 101.4g			豚肉と1日分野菜の塩炒め エネルギー 599kcal たんぱく質 19.1g 脂質 14.8g 食塩相当量 2.9g 炭水化物 100.7g
カレー	510円		¥690	ポークカレー (620kcal 12.3g 15.2g 2.3g) / セットサラダ 130円		
	630円		有名店コラボカレー ハウスコラボ 牛肉たっぷりビーフカレー エネルギー 653kcal たんぱく質 15.5g 脂質 20.8g 食塩相当量 2.6g 炭水化物 103.8g	スペシャルカレー カツカレー *福神漬を含んだ栄養素です エネルギー 797kcal たんぱく質 15.7g 脂質 23.2g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 134.6g	スペシャルカレー カツカレー *福神漬を含んだ栄養素です エネルギー 797kcal たんぱく質 15.7g 脂質 23.2g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 134.5g	スペシャルカレー カツカレー *福神漬を含んだ栄養素です エネルギー 797kcal たんぱく質 15.7g 脂質 23.2g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 134.6g
丼	500円		おすすめ日替わり丼	おすすめ日替わり丼	おすすめ日替わり丼	おすすめ日替わり丼
そば・うどん	480円		*毎日日替わりのお楽しみメニューです。井ぶりの内容はサンプルを御覧ください。 *ライス大盛サービス、味噌汁の提供はございませんので御了承ください。			
	580円		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・ちくわ天・温玉・コロッケ) スペシャルうどん・そば			
中華麺	580円		かき玉そば・うどん エネルギー 386kcal たんぱく質 15.7g 脂質 3.5g 食塩相当量 4.9g 炭水化物 70.4g	かき玉そば・うどん エネルギー 386kcal たんぱく質 15.7g 脂質 3.5g 食塩相当量 4.9g 炭水化物 70.4g	かき玉そば・うどん エネルギー 386kcal たんぱく質 15.7g 脂質 3.5g 食塩相当量 4.9g 炭水化物 70.4g	かき玉そば・うどん エネルギー 386kcal たんぱく質 15.7g 脂質 3.5g 食塩相当量 4.9g 炭水化物 70.4g
	630円		スペシャルラーメン ねぎチャーシュー味噌ラーメン エネルギー 651kcal たんぱく質 23.2g 脂質 23.0g 食塩相当量 9.3g 炭水化物 83.9g	スペシャルラーメン 県庁ラーメン エネルギー 580kcal たんぱく質 25.8g 脂質 15.4g 食塩相当量 9.2g 炭水化物 79.0g	スペシャルラーメン ホタテ海苔塩ラーメン エネルギー 485kcal たんぱく質 20.4g 脂質 10.4g 食塩相当量 7.0g 炭水化物 72.2g	スペシャルラーメン コーンわかめとんこつラーメン エネルギー 556kcal たんぱく質 21.6g 脂質 10.9g 食塩相当量 7.6g 炭水化物 90.2g
小鉢	150円		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100~160円			
デザート	140円		そぼろ肉じゃが	厚揚げと山菜のさっと煮	木の実和え	なすとパブリカの揚げびたし
弁当	630円		レバニラ炒め弁当	魚介の野菜炒め弁当	牛肉のオイスターソース炒め 弁当	ササミしそ巻きフライ弁当

\*配達の日当も味噌汁付きです。

\*弁当は配達料金として40円追加で頂いております。

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



第二職員食堂

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。)