

Weekly Menu



埼玉県マスコット「コバトン」

		3月16日 (月)	3/17 (火)	3/18 (水)	3/19 (木)
スペシャル定食	710円	ポークソテー デミグラスソース エネルギー 727kcal たんぱく質 28.2g 脂質 25.3g 食塩相当量 3.4g 炭水化物 95.4g		まぐろカツ タルタルソース エネルギー 810kcal たんぱく質 27.1g 脂質 33.6g 食塩相当量 2.7g 炭水化物 101.3g	グリルチキン シャリアピンソース エネルギー 792kcal たんぱく質 36.2g 脂質 27.7g 食塩相当量 4.4g 炭水化物 101.3g
定食A	610円	五目かた焼きそば エネルギー 507kcal たんぱく質 18.2g 脂質 24.9g 食塩相当量 5.6g 炭水化物 54.7g	豚のスタミナ焼き エネルギー 684kcal たんぱく質 27.8g 脂質 21.9g 食塩相当量 5.1g 炭水化物 99.2g	家常炒米粉 (卵と野菜のピーマン炒め) エネルギー 906kcal たんぱく質 30.4g 脂質 39.8g 食塩相当量 4.4g 炭水化物 109.9g	きんぴら焼肉 エネルギー 654kcal たんぱく質 24.8g 脂質 17.8g 食塩相当量 3.9g 炭水化物 104.5g
コバトン健康メニュー	670円		鶏肉のオープン焼き 七味風味 エネルギー 650kcal たんぱく質 33.8g 脂質 27.4g 食塩相当量 2.9g 炭水化物 117.3g		
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	スペシャルカレー	有名店コラボカレー	スペシャルカレー	スペシャルカレー
丼	500円	カツカレー *福神漬を含んだ栄養素です エネルギー 826kcal たんぱく質 16.2g 脂質 25.1g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 128.9g	【ゴーゴーカレー監修】 金沢カレー エネルギー 590kcal たんぱく質 12.7g 脂質 13.3g 食塩相当量 3.6g 炭水化物 100.1g	カツカレー *福神漬を含んだ栄養素です エネルギー 826kcal たんぱく質 16.2g 脂質 25.1g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 128.9g	カツカレー *福神漬を含んだ栄養素です エネルギー 826kcal たんぱく質 16.2g 脂質 25.1g 食塩相当量 4.5g 炭水化物 128.9g
	500円	おすすめ日替わり丼			
そば・うどん	480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)			
	580円	肉ねぎ塩そば・うどん エネルギー 540kcal たんぱく質 19.5g 脂質 15.8g 食塩相当量 5.7g 炭水化物 80.8g	肉ねぎ塩そば・うどん エネルギー 540kcal たんぱく質 19.5g 脂質 15.8g 食塩相当量 5.7g 炭水化物 80.8g	肉ねぎ塩そば・うどん エネルギー 540kcal たんぱく質 19.5g 脂質 15.8g 食塩相当量 5.7g 炭水化物 80.8g	肉ねぎ塩そば・うどん エネルギー 540kcal たんぱく質 19.5g 脂質 15.8g 食塩相当量 5.7g 炭水化物 80.8g
中華麺	580円	醤油ラーメン (503kcal 20.0g 10.0g 8.2g)			
	630円	スペシャルラーメン	スペシャルラーメン	有名店コラボラーメン	スペシャルラーメン
小鉢	150円	揚げワンタン味噌ラーメン エネルギー 559kcal たんぱく質 21.3g 脂質 13.0g 食塩相当量 7.6g 炭水化物 84.7g	担々麺 エネルギー 657kcal たんぱく質 23.4g 脂質 28.9g 食塩相当量 7.9g 炭水化物 85.5g	【四海楼監修】 長崎ちゃんぽん エネルギー 726kcal たんぱく質 23.9g 脂質 33.7g 食塩相当量 7.8g 炭水化物 82.5g	塩ラーメン エネルギー 483kcal たんぱく質 17.1g 脂質 12.9g 食塩相当量 7.7g 炭水化物 70.6g
	140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	こんにゃくと野菜の煮物	厚揚げと高菜の炒め	切り干し大根	茄子と蓮根の油淋ソース
弁当	630円	五目あかけ弁当	豚のスタミナ焼き	家常炒米粉 (卵と野菜のピーマン炒め) 弁当	きんぴら焼肉弁当

春分の日

*配達の日替わりのお楽しみメニューです。*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。)