

# 2024年4月献立 Cランチ

(協)埼玉給食センター  
 (株) 埼 給  
 TEL:048-663-2741  
 FAX:048-667-6341  
<http://www.saikyu.or.jp/>

※栄養表示はご飯を含みます。

|                  | 月   | 火   | 水  | 木   | 金  |
|------------------|---|---|--|---|--|
| 山菜<br>かき揚げ<br>そば | 1<br>肉じゃがコロック<br>チーズポテトフライ<br>ブロッコリー塩炒め<br><br>I材料 - 820kcal 蛋白質 19.3g<br>脂質 17.5g 食塩 2.8g | 2<br>手羽元炙り焼き<br>ロールキャベツ<br>きんぴら<br><br>I材料 - 739kcal 蛋白質 18.4g<br>脂質 11.3g 食塩 6.8g             | 3<br>白身磯辺フライ<br>お好み焼き<br>ひじきの煮物<br><br>I材料 - 768kcal 蛋白質 22g<br>脂質 17.1g 食塩 4.7g  | 4<br>八宝菜風塩炒め<br>マグロ野菜カツ<br>ポテトチキンロール<br><br>I材料 - 952kcal 蛋白質 36.1g<br>脂質 25.6g 食塩 3.1g | 5<br>エビフライ<br>チキンステーキ<br>切干大根煮<br><br>I材料 - 869kcal 蛋白質 26.4g<br>脂質 19.9g 食塩 3.5g     |
| 冷やし担々<br>混ぜうどん   | 8<br>ハンバーグ(デミ)<br>白身フライ<br>スパソテー<br><br>I材料 - 888kcal 蛋白質 29.3g<br>脂質 21.7g 食塩 3.5g        | 9<br>カレー<br>フランクフルト<br>イカカツ<br><br>I材料 - 823kcal 蛋白質 22.3g<br>脂質 21.5g 食塩 6.9g                 | 10<br>麻婆豆腐<br>エビチリ<br>かに玉<br><br>I材料 - 809kcal 蛋白質 23g<br>脂質 17.4g 食塩 4g  | 11<br>タンドリーチキン<br>牛すじコロック<br>もやしソテー<br><br>I材料 - 875kcal 蛋白質 24.1g<br>脂質 23.3g 食塩 3.7g  | 12<br>とんかつ<br>生姜天<br>厚揚げの煮物<br><br>I材料 - 800kcal 蛋白質 21.4g<br>脂質 17.5g 食塩 2.1g        |
| 山菜<br>かき揚げ<br>そば | 15<br>豆腐ハンバーグ<br>ビーフィンコロック<br>チキンステーキ<br><br>I材料 - 871kcal 蛋白質 28.7g<br>脂質 21.6g 食塩 4.4g | 16<br>焼き肉<br>つくね大葉巻き<br>さば塩焼き<br><br>I材料 - 900kcal 蛋白質 36.8g<br>脂質 23.8g 食塩 3.6g             | 17<br>白身魚のチリソース<br>ナスの肉味噌炒め<br>餃子<br><br>I材料 - 913kcal 蛋白質 25g<br>脂質 27.3g 食塩 4.7g  | 18<br>鶏肉のコチュジャン焼き<br>野菜春巻<br>たこ八<br><br>I材料 - 821kcal 蛋白質 24.4g<br>脂質 19.8g 食塩 6.2g   | 19<br>回鍋肉<br>ニラ饅頭<br>かに玉<br><br>I材料 - 783kcal 蛋白質 24.8g<br>脂質 17.1g 食塩 3.5g         |
| 冷やし担々<br>混ぜうどん   | 22<br>豚串フライ<br>ほっけ塩焼き<br>ごぼうのピリ辛煮<br><br>I材料 - 836kcal 蛋白質 21.2g<br>脂質 14.1g 食塩 6.4g     | 23<br>酢豚<br>チヂミ<br>シャキシャキ肉団子<br><br>I材料 - 897kcal 蛋白質 21.4g<br>脂質 16.4g 食塩 2.9g              | 24<br>牛すじコロック<br>イカ海苔巻き<br>マカロニソテー<br><br>I材料 - 867kcal 蛋白質 21.5g<br>脂質 22.4g 食塩 2.5g   | 25<br>チンジャオロース<br>唐揚げ<br>麻婆春雨<br><br>I材料 - 863kcal 蛋白質 28.3g<br>脂質 20.4g 食塩 5g        | 26<br>豚肉と木耳の玉子炒め<br>イカバーグ<br>昆布の煮物<br><br>I材料 - 752kcal 蛋白質 31.5g<br>脂質 13.4g 食塩 7g |
| 山菜<br>かき揚げ<br>そば | 29<br>昭和の日<br>   | 30<br>ハンバーグ(おろしポン酢)<br>ハムステーキ<br>グラタンコロック<br><br>I材料 - 883kcal 蛋白質 28.4g<br>脂質 22.6g 食塩 4.4g | 4月より隔週<br>ごとに山菜か<br>き揚げそばと<br>冷やし担々混<br>ぜうどんの販<br>売を開始いた<br>します。<br>平日限定メニュー<br><br>ビーフカレー 450円<br>カツカレー 500円<br>豚丼 500円<br>冷やし担々混ぜうどん 500円<br>山菜かき揚げそば 500円<br>※注文は9時までにご利用します。 |   |  |

ご安心くださいお弁当や製造工場はいつも厳重な細菌検査を実施しています。  
 ○国産の米を使用しています。  
 ○材料入荷により多少の献立変更がございますがご了承下さるようお願いいたします。  
 ○恐れ入りますが、おはしは皆様でご準備下さる様お願い致します。

■乾旋品のお知らせ インスタント味噌汁(生)  
 1袋(20個入り)300円頂戴します。  
 ■昼食は1時頃までにお召上がりください。  
 ■お代金は消費税込み価格で頂戴しております。