

2022年4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
A					<b>タッカルビ風</b> こんにゃくの金平 335 Kcal
B					<b>エビフライ</b> 焼ハム 476 Kcal
日付	4日	5日	6日	7日	8日
A	<b>牛丼風煮</b> ハムカツ 362 Kcal	<b>白身魚の磯辺揚げ</b> ヤングコーンのサラダ 347 Kcal	<b>トンカツ</b> ひじきの炒り煮 370 Kcal	<b>鯖の味噌煮</b> キャベツとカニカマの胡麻ドレサラダ 343 Kcal	<b>鶏肉の唐揚げ</b> 春雨サラダ 361 Kcal
B	<b>マスの竜田揚げ</b> 鶏肉の葱塩焼き 435 Kcal	<b>ビビンバ炒め</b> かぼちゃのポタージュフライ 403 Kcal	<b>鰹のムニエル オーロラソースがけ</b> ウインナーフライ 412 Kcal	<b>フライドチキン</b> さごしの生姜醤油焼 447 Kcal	<b>豚肉の生姜炒め</b> ホッケの唐揚げ 432 Kcal
日付	11日	12日	13日	14日	15日
A	<b>ヒレカツ</b> 蓮根金平 368 Kcal	<b>麻婆豆腐</b> カリフラワーとベーコンのバジルサラダ 351 Kcal	<b>鰹の南蛮漬け</b> マロニーの炒り煮 317 Kcal	<b>焼肉炒め</b> レタスとコーンとハムのフレンチサラダ 331 Kcal	<b>エビフライ</b> 切昆布の炒り煮 382 Kcal
B	<b>回鍋肉</b> うずら串フライ 456 Kcal	<b>白身魚のにんにく黒ゴマ胡椒焼</b> 春巻き 464 Kcal	<b>牛丼風煮</b> 揚げししゃも 443 Kcal	<b>鯖の竜田揚げ</b> お好み焼き 423 Kcal	<b>和風ハンバーグ</b> オマールエビビスクフライ 453 Kcal
日付	18日	19日	20日	21日	22日
A	<b>デミグラスハンバーグ</b> 切干大根の炒り煮 342 Kcal	<b>鯖の竜田揚げ</b> ブロッコリーのツナサラダ 329 Kcal	<b>ビビンバ炒め</b> かぼちゃのポタージュフライ 314 Kcal	<b>白身魚のバジル焼</b> 胡瓜とサラミのサラダ 337 Kcal	<b>チキンカツ</b> ベーコンと水菜のペペロンチーノスパ 357 Kcal
B	<b>赤魚の蒲焼</b> 野菜ミンチ巻 445 Kcal	<b>鶏肉のガーリック焼</b> 鰹大葉フライ 429 Kcal	<b>麻婆豆腐</b> カニクリームコロッケ 437 Kcal	<b>トンカツ</b> カレーの照焼 463 Kcal	<b>すき焼き風煮</b> ささ身フライ 435 Kcal
日付	25日	26日	27日	28日	29日
A	<b>アジの蒲焼</b> 柳川風煮 331 Kcal	<b>回鍋肉</b> チョレギサラダ 325 Kcal	<b>海老寄せフライ</b> 山菜と揚げの煮物 346 Kcal	<b>メンチカツ</b> ひじきの炒り煮 322 Kcal	
B	<b>酢豚</b> 赤魚の照焼 437 Kcal	<b>鶏肉の唐揚げ</b> ホッケの塩焼き 462 Kcal	<b>豚肉の塩だれ炒め</b> 揚げたこ焼き 471 Kcal	<b>鯖の塩焼き</b> 豚串カツ 409 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。