

# Lunch Menu 3 March

ランチメニュー

Pick Up!



ランチメニュー	日替わりメニュー
A ランチ	日替わり丼
B ランチ	日替わり麺
その他のメニュー	
◎カレーライス	◎カツカレー
◎レディースランチ	◎サラダ
○出し弁当	○冠婚葬祭
○オードブル	○会議用弁当など
— お値段に応じて作らせていただきます。 —	

**Monday**

3月31日 筍ごはんの提供です。

※AランチBランチのみの提供となります。  
※白米への変更はできません。

**7** 菜の花と筍コロッケ チキンピカタ

A ●ポロニアハム  
●カレーうどん  
●小松菜の辛子和え  
●ニラのオイスターソース炒め 432 kcal

B +かぼちゃのそば煮

丼 豚生姜焼き丼 麺 かき揚げうどんorそば

**14** 白身フライ つくね

A ●枝豆天  
●キムチビーフン  
●切干大根の煮物  
●大根菜のわさび和え 407 kcal

B +さくら色しゅうまい

丼 ハヤシライス 麺 海老天うどんorそば

**21** 春分の日

**28** カレイの唐揚げ 焼売

A ●チヂミ  
●ゴーヤチャンプルー  
●キャベツの高菜和え  
●里芋の昆布煮 301 kcal

B +牛肉のしくれ煮

丼 ハヤシライス 麺 キス天うどんorそば

**Tuesday**

**1** 豆腐ハンバーグ〜きのこあん〜 棒餃子

A ●白揚げさつま  
●切干大根の松前漬け風  
●インゲンの生姜煮  
●一口イカフライ 324 kcal

B +鶏肉の五目炒め

丼 カツ丼 麺 醤油ラーメン

**8** さわらの漬焼き カレーコロッケ

A ●豚じゃが  
●わかめとコーンのツナ和え  
●ピーマンの甘辛炒め 330 kcal

B +青梗菜と豚肉の中華炒め

丼 ソースカツ丼 麺 味噌ラーメン

**15** 甘辛唐揚げ 野菜天

A ●菜の花と豚肉のマスタード炒め  
●かぶと大豆の煮物  
●のり塩ポテト 398 kcal

B +水餃子

丼 カツ丼 麺 醤油ラーメン

**22** 大葉春巻き 豚肉とふきの味噌炒め

A ●マカロニとじゃが芋のミネストローネ煮  
●からし菜の胡麻和え  
●オクラの煮物  
●昆布豆 374 kcal

B +丸チーズオムレツ

丼 ソースカツ丼 麺 味噌ラーメン

**29** たこベジカツ カニ玉

A ●がんもの煮物  
●ほうれん草とよしのナムル  
●ズッキーニの挽肉炒め 333 kcal

B +鶏じゃが

丼 カツ丼 麺 醤油ラーメン

**Wednesday**

**2** チキンカツ ミートオムレツ

A ●肉野菜炒め  
●カリフラワーのコンソメ煮  
●分葱のめた和え 379 kcal

B +エビステーキ

丼 天丼 麺 肉うどんorそば

**9** 生姜入りメンチカツ 鶏野菜オムレツ

A ●冬瓜と枝豆の和風あん  
●水菜のごま和え  
●ごぼうのピリ辛炒め 409 kcal

B +たらこスパゲッティ

丼 鶏南蛮揚げ丼 麺 山菜うどんorそば

**16** タコカツ 玉子焼き

A ●ウインナー  
●山菜和風パスタ  
●しろ菜の煮浸し  
●いんげんのしくれ煮 365 kcal

B +マーボーナス

丼 天丼 麺 豚キムチうどんorそば

**23** さばの塩焼き 牛肉コロッケ

A ●高野豆腐の含め煮  
●ごぼうサラダ  
●チンゲン菜の煮物 447 kcal

B +豚肉と白菜のゆずこしょう炒め

丼 鶏南蛮揚げ丼 麺 かき揚げうどんorそば

**30** ハンバーグ 唐揚げ

A ●もちさくポテト  
●ナポリタン  
●菜の花のみぞれあん  
●いんげんの煮物 444 kcal

B +豚肉のキムチ炒め

丼 天丼 麺 カレーうどんorそば

**Thursday**

**3** 柵切りまぐろかつ 牛すき焼風

A ●ハムとメンマの中華炒め  
●こんにゃくステーキ  
●ぜんまいナムル 322 kcal

B +野菜つくね

丼 ガバオライス 麺 チゲラーメン

**10** イカカツ 鶏チリ

A ●チンゲン菜の中華炒め  
●ひじきとブロッコリーのサラダ  
●ごぼう棒天 343 kcal

B +牛肉と大根の甘辛煮

丼 焼肉丼 麺 担々麺

**17** デミハンバーグ 角ハムカツ

A ●ニンニク芽の塩炒め  
●ズッキーニのコンソメ煮  
●ほうれん草のナムル 358 kcal

B +さばの照り焼き

丼 ガバオライス 麺 チゲラーメン

**24** ハムカツ 大判キャベツ焼き

A ●水菜とひじきの和風サラダ  
●大根の照り煮  
●エリンギのバター醤油炒め 359 kcal

B +豚肉の生姜炒め

丼 焼肉丼 麺 担々麺

**31** イカフライ 厚切りハムステーキ

A ●焼きビーフン  
●わかめと胡瓜の酢の物  
●大根菜の煮浸し 389 kcal

B +さわらの塩麹焼き

丼 ガバオライス 麺 チゲラーメン

**Friday**

**4** 肉豆腐 白身フライ

A ●春雨冷やし中華  
●ほうれん草のソテー  
●肉団子 315 kcal

B +野菜春巻き

丼 ビビンバ丼 麺 きつねうどんorそば

**11** 野菜春巻き ねぎ焼き

A ●マカロニサラダ  
●炊き合わせ  
●ビビンバ 264 kcal

B +アスパラとベーコンのソテー

丼 鶏そば丼 麺 カレーうどんorそば

**18** 天盛り チャプチェ

A ●キャベツと胡瓜の梅和え  
●がんも煮 435 kcal

B +ささみ磯辺フライ

丼 ビビンバ丼 麺 肉うどんorそば

**25** プリっとエビカツ ポークビーンズ

A ●牛肉とぜんまいのコチジャン炒め  
●金平ごぼう  
●青菜のお浸し 324 kcal

B +鶏肉の塩こうじ焼き

丼 鶏そば丼 麺 豚キムチうどんorそば

**Saturday**

**5** サバの唐揚げ チキンステーキ青しそソース

A ●鮭とブロッコリーのクリームスパゲティ  
●メンマソテー  
●根菜サラダ 327 kcal

B +里芋とちくわの煮物

**12** カレイの磯天 豚コース生姜焼き

A ●ツナとピーマンのソテー  
●こんにゃくの煮物  
●小松菜の辛子和え 344 kcal

B +カニしくれフライ

**19** 肉団子の酢豚 キャベツメンチカツ

A ●南瓜と枝豆のマヨサラダ  
●分葱の味噌煮  
●ぎょうざ 403 kcal

B +イタリアンオムレツ

**26** さわらのみりん焼き たっぷりコーンフライ

A ●チンジャオロース  
●きのこ酢  
●蒲鉾入り菜の花の辛子和え 364 kcal

B +ふろふき大根

私たちは 宣言いたします!

- 健康へのお手伝い  
毎日のバランスのよい食事は、健康へととても大事なことです。
- 環境への取り組み  
私たちが出来る身近な一歩から、環境問題に参加していきます。
- お手軽への挑戦  
お手軽で価値のあるお弁当をご提供します。

⚠️ ご注意

- 出来るだけ風通しの良い涼しい場所で保管してください。
- 食中毒防止の為、当日の午後1時までにお召し上がりください。
- 食器をレンジにかけないでください。

**お知らせ** ●材料入手の関係でメニューが一部変わることがございます。  
●表示されているのはおかずのカロリーです。ご飯についてはお問い合わせください。

**お願い** ●9時までにご注文ください。  
●9時30分以降のご注文はお受けできない場合がございます。  
お客様に時間通りにお弁当をお届けするためご協力お願いいたします。

●お申し込み・お問い合わせは...

**株式会社ロワール 埼玉給食センター**

埼玉県深谷市榎合903番地2 FAX.048-570-4330  
TEL.048-570-4321(代)  
http://www.saihoku.cc

事前登録が必要ですが、WEB注文できます。

インスタ始めました。 ROWAL19820981

LINE@始めました。お気軽にお問い合わせください。