Lunch Menu 1 January

ランチメニュー

Pick UP!

Saturday

1 お正月休み

Monday

3 お正月休み

10 成人の日

17 鶏天ぷら れんこん饅頭
- Ⓐ ●チャーシュー ●ビーフンと野菜のオイマヨ炒め ●蕗の土佐煮 ●豆サラダ — 363kcal
- Ⓑ ＋豚肉の味噌炒め
- 丼 ハヤシライス / 麺 豚キムチうどんorそば

24 ハンバーグ さごしチーズしそフライ
- Ⓐ ●赤ウインナー ●ほうれん草のナムル ●ごぼうのしぐれ煮 ●エリンギのバター醤油炒め — 348kcal
- Ⓑ ＋かぼちゃサラダ
- 丼 豚生姜焼き丼 / 麺 キス天うどんorそば

31 7種の具材春巻き 大判キャベツ焼き
- Ⓐ ●厚焼き玉子 ●チンゲン菜のカニカマあん ●野菜と豚肉のカレー炒め ●ごぼうの胡麻和え — 354kcal
- Ⓑ ＋キムチ漬け
- 丼 ハヤシライス / 麺 海老天うどんorそば

Tuesday

4 お正月休み

11 ハンバーグ 野菜春巻き
- Ⓐ ●花しんじょう ●肉じゃが ●もやしとしろ菜のナムル ●カリフラワーのおかか炒め — 344kcal
- Ⓑ ＋お豆サラダ
- 丼 ソースカツ丼 / 麺 味噌ラーメン

18 豚串カツ 生姜天
- Ⓐ ●コールスロー ●突き蒟蒻の金平 ●からし菜とえのきの炒め物 ●豆腐とニラの煮付け — 396kcal
- Ⓑ ＋ワッフルさつま
- 丼 カツ丼 / 麺 醤油ラーメン

25 水餃子の中華あんかけ チキンピカタ
- Ⓐ ●春雨サラダ ●茄子と玉葱の生姜炒め ●煮豆 — 404kcal
- Ⓑ ＋肉詰めピーマン
- 丼 ソースカツ丼 / 麺 味噌ラーメン

Wednesday

5 ロールキャベツ たこベジカツ
- Ⓐ ●麻婆茄子 ●わかめと胡瓜の中華和え ●オクラと人参の煮物 — 338kcal
- Ⓑ ＋さばの味噌煮
- 丼 天丼 / 麺 カレーうどんorそば

12 エビフライ 焼肉
- Ⓐ ●扇型ハム ●ちゃんぽんうどん ●春菊とひじきの胡麻和え ●いんげんのしぐれ煮 — 346kcal
- Ⓑ ＋肉野菜炒め
- 丼 鶏南蛮揚げ丼 / 麺 山菜うどんorそば

19 チキン竜田 デミオムレツ
- Ⓐ ●マカロニのケチャップ炒め ●チンゲン菜と筍の中華煮 ●かぼちゃのそぼろ煮 — 323kcal
- Ⓑ ＋ちくわの磯部揚げ
- 丼 天丼 / 麺 きつねうどんorそば

26 ブリの照り焼き 玉子サラダフライ
- Ⓐ ●がんも煮 ●小松菜と玉葱のペペロン炒め ●白菜のしそ昆布和え — 421kcal
- Ⓑ ＋牛肉とじゃが芋の甘辛炒め
- 丼 鶏南蛮揚げ丼 / 麺 肉うどんorそば

Thursday

6 カレーメンチカツ スパニッシュオムレツ
- Ⓐ ●カニカマ天 ●マカロニサラダ ●蒟蒻の味噌煮 ●ピーマンのじゃこ炒め — 446kcal
- Ⓑ ＋肉詰め茄子
- 丼 ガパオライス / 麺 チゲラーメン

13 鯖の塩焼き ゴマ油香る塩じゃがコロッケ
- Ⓐ ●華かまぼこ ●春雨のオイスター炒め ●水菜の和風サラダ ●高野煮 — 409kcal
- Ⓑ ＋ミートオムレツ
- 丼 焼肉丼 / 麺 担々麺

20 ハムポテトサラダフライ ねぎ焼き
- Ⓐ ●分葱の煮物 ●切干大根の炒め煮 ●蓮根のあおさ炒め — 308kcal
- Ⓑ ＋牛丼煮
- 丼 ガパオライス / 麺 チゲラーメン

27 イカ野菜カツ 肉詰めいなり
- Ⓐ ●トマトパスタ ●カリフラワーのマスタード和え ●水菜の煮浸し — 403kcal
- Ⓑ ＋はんぺんチーズフライ
- 丼 焼肉丼 / 麺 担々麺

Friday

7 唐揚げ チヂミ
- Ⓐ ●焼きそば ●切干大根の梅和え ●がんもの煮物 — 388kcal
- Ⓑ ＋かぼちゃのそぼろ煮
- 丼 ビビンバ丼 / 麺 肉うどんorそば

14 味噌生姜焼き いわしたっぷりハンバーグ
- Ⓐ ●白菜とあさりの中華煮 ●ごぼうの辛子マヨ和え ●味付き山菜 — 357kcal
- Ⓑ ＋三角いなり
- 丼 鶏そぼろ丼 / 麺 かき揚げうどんorそば

21 豆腐ハンバーグ クリーミーフライ
- Ⓐ ●ひじき炒め ●白菜マリネ ●里芋の煮っころがし — 356kcal
- Ⓑ ＋たらこスパゲティ
- 丼 ビビンバ丼 / 麺 カレーうどんorそば

28 白身魚フライ 厚切りハムステーキ
- Ⓐ ●じゃが芋と鶏肉の味噌炒め ●ひじき煮 ●大根菜のお浸し — 401kcal
- Ⓑ ＋小籠包
- 丼 鶏そぼろ丼 / 麺 豚キムチうどんorそば

8 レモン風味ステーキ ポテトコロッケ
- Ⓐ ●焼売 ●焼きビーフン ●冬瓜とからし菜の煮物 ●分葱のわさび和え — 328kcal
- Ⓑ ＋茶わん蒸し

15 まぐろカツ 豚肉のソテー
- Ⓐ ●ベーコンとブロッコリーのペペロン風 ●切干大根煮 ●ピーマンのおかか和え — 372kcal
- Ⓑ ＋イカバーグ

22 白身魚フライ 回鍋肉
- Ⓐ ●トマトベンネグラタン ●わかめの酢味噌和え ●インゲンのごま煮 — 361kcal
- Ⓑ ＋さくら色しゅうまい

29 チキン南蛮 パンプキンキッシュ
- Ⓐ ●蓮根の天ぷら ●高野豆腐と人参の含め煮 ●しろ菜のみぞれ煮 ●味付けもやし — 349kcal
- Ⓑ ＋マーボー豆腐

ランチメニュー
- Ⓐ Aランチ
- Ⓑ Bランチ

日替わりメニュー
- 丼 日替わり丼
- 麺 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
- ○仕出し弁当
- ○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。──

私たちは宣言いたします！

1 **健康へのお手伝い**
毎日のバランスのよい食事は、健康へとても大事なことです。

2 **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。

3 **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

1 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。

2 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。

3 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 埼北給食センター

埼玉県深谷市樫合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。

1月12日 あさりごはん
27日 さつま芋ごはん
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。