

Lunch Menu 9

September

ランチメニュー

Pick Up!



唐揚げ南蛮



厚切りハムステーキ & 玉子焼き



チーズインハンバーグ & きのこと醤油バターオムレツ

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
<p>事前登録が必要ですが、WEB注文できます。</p> <p>インスタ始めました。LINE@始めました。お気軽にお問い合わせください。</p> <p>QRコード: ROWAL19820901</p>					
<p>5 白身魚フライ いそべ小判焼き</p> <p>A ●大根菜のキムタク炒め ●ブロッコリーと豆のサラダ ●味付け山菜 312 kcal</p> <p>B +冷しゃぶ</p> <p>丼 豚肉の生姜焼き丼 麺 山菜うどんorそば</p>	<p>6 メンチカツ チキンピカタ</p> <p>A ●マカロニナポリタン ●茄子の南蛮煮 ●かぶの煮物 357 kcal</p> <p>B +鶏肉のトマト煮</p> <p>丼 ソースカツ丼 麺 冷やし味噌ラーメン</p>	<p>7 春巻き 豚肉と厚揚げのきのこあん</p> <p>A ●ピリ辛春雨サラダ ●切干大根と人参の煮物 ●ピーマンのおかか炒め 303 kcal</p> <p>B +カップグラタン</p> <p>丼 鶏南蛮揚げ丼 麺 サラダうどんorそば</p>	<p>8 さわらの塩焼き カレーコロッケ</p> <p>A ●ほうれん草のソテー ●筍とふきのだし煮 ●もやしとピーマンの炒め物 280 kcal</p> <p>B +ももゼリー</p> <p>丼 焼肉丼 麺 冷やし中華</p>	<p>9 ささみフライ 焼売</p> <p>A ●ペペロンチーノ ●小松菜の煮浸し ●大根の照り煮 420 kcal</p> <p>B +具たくさんポテトサラダ</p> <p>丼 鶏そば丼 麺 梅おろしうどんorそば</p>	<p>10 ハムカツ プリの一味焼き</p> <p>A ●牛肉とセロリの炒め物 ●中華野菜の煮物 ●ピーンズサラダ 399 kcal</p> <p>B +カップ納豆</p>
<p>12 アジフライ 柔らかステーキ</p> <p>A ●春雨サラダ ●竹の子の甘辛煮 ●カリフラワーソテー 540 kcal</p> <p>B +茶碗蒸し</p> <p>丼 ハヤシライス 麺 海老天うどんorそば</p>	<p>13 ハンバーグ エビカツ</p> <p>A ●チンゲン菜のオイスター煮 ●切干とえのきの中華和え ●ピーマンの味噌炒め 332 kcal</p> <p>B +ジャーマンポテト</p> <p>丼 カツ丼 麺 冷やし醤油ラーメン</p>	<p>14 照り焼きチキンステーキ イカキャベツカツ</p> <p>A ●きのこの和風パスタ ●白菜のうま煮 ●カリフラワーのナムル 298 kcal</p> <p>B +ふろふき大根</p> <p>丼 天丼 麺 豚しゃぶうどんorそば</p>	<p>15 厚切りハムステーキ 玉子焼き</p> <p>A ●ニンニク芽の甘辛金平 ●かぼちゃの昆布煮 ●ブロッコリーのサラダ 458 kcal</p> <p>B +チンジャオロース</p> <p>丼 豚肉のサルサ丼 麺 胡麻冷やし中華</p>	<p>16 鶏天ぷら お好み焼き</p> <p>A ●カレービーフン ●ズッキーニの和風サラダ ●ちくわの煮物 330 kcal</p> <p>B +牛丼煮</p> <p>丼 ビビンバ丼 麺 きつねうどんorそば</p>	<p>17 チキン南蛮 さばの味噌煮</p> <p>A ●ハムステーキ ●野菜たっぷり中華炒め ●ほうれん草の和え物 422 kcal</p> <p>B +麻婆豆腐</p>
<p>19 敬老の日</p>	<p>20 チキンステーキ シーフードカレー</p> <p>A ●揚げ棒天 ●ザーサイと豆腐の中華炒め ●おろし和え 321 kcal</p> <p>B +レーズン入りかぼちゃサラダ</p> <p>丼 ソースカツ丼 麺 冷やし味噌ラーメン</p>	<p>21 トンカツ ポロニアハム</p> <p>A ●野菜のラタトゥイユ ●マカロニサラダ ●れんこんのペペロン炒め 483 kcal</p> <p>B +肉野菜巻き</p> <p>丼 鶏南蛮揚げ丼 麺 サラダうどんorそば</p>	<p>22 豆腐ハンバーグ 海鮮串フライ</p> <p>A ●春雨の中華煮 ●じゃが芋のコンソメ煮 ●ピリ辛こんにゃく 320 kcal</p> <p>B +牛肉の甘辛炒め</p> <p>丼 焼肉丼 麺 冷やし中華</p>	<p>23 秋分の日</p>	<p>24 イカフライ ワッフル豆腐さつま</p> <p>A ●焼うどん ●ひじきの煮物 ●うぐいす豆 000 kcal</p> <p>B +りんごとさつま芋のサラダ</p>
<p>26 チーズインハンバーグ きのご醤油バターオムレツ</p> <p>A ●ビーフン中華サラダ ●からし菜の甘辛炒め ●いんげんの煮物 369 kcal</p> <p>B +エビチリ</p> <p>丼 ハヤシライス 麺 キス天うどんorそば</p>	<p>27 牛すじ入りコロッケ なすの天ぷら</p> <p>A ●野菜のオイスター炒め ●切干大根の和風煮 ●オクラのごま昆布和え 399 kcal</p> <p>B +豚肉のゆず胡椒炒め</p> <p>丼 カツ丼 麺 冷やし醤油ラーメン</p>	<p>28 鯖の塩焼き 野菜コロッケ</p> <p>A ●サラダパグティ ●チンゲン菜とイカの中華煮 ●白花豆 305 kcal</p> <p>B +鶏肉の塩炒め</p> <p>丼 天丼 麺 梅おろしうどんorそば</p>	<p>29 天ぷら盛り合わせ 焼売</p> <p>A ●しらたきチャブチエ ●小松菜ときのこの煮浸し ●がんも煮 415 kcal</p> <p>B +ツナじゃが</p> <p>丼 豚肉のサルサ丼 麺 胡麻冷やし中華</p>	<p>30 カレーコロッケ 回鍋肉</p> <p>A ●塩麻婆豆腐 ●大根菜のおかかボン酢和え ●かぼちゃの甘煮 381 kcal</p> <p>B +キムチ漬け</p> <p>丼 ビビンバ丼 麺 納豆うどんorそば</p>	<p>1</p>

ランチメニュー 日替わりメニュー

A ランチ B ランチ

日替わり丼 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

○は出し弁当 ○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、健康へとても大切なことです。

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...

株式会社ローレル **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