

# Lunch Menu

ランチメニュー

## March 3

Pick Up!



牛サイコロステーキのBBQ炒め&ちくわの磯辺天



ハンバーグ&菜の花と筍のコロッケ

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
- 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!
- 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...

株式会社ローレル  
埼玉給食センター

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

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。</p> <p>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><b>6</b> プリの照り焼き 野菜コロッケ</p> <p>A ●牛肉のカレー炒め ●ごぼうのしぐれ煮 ●キャロットサラダ 404 kcal</p> <p>B +チーズキャンディ</p> <p>丼 豚生姜焼き丼 麺 かき揚げうどんorそば</p>	<p><b>7</b> メンチカツ ハムステーキ</p> <p>A ●にんにくの芽の玉子炒め ●チンゲン菜の辛子和え ●里芋のおかか煮 403 kcal</p> <p>B +牛肉のスタミナ炒め</p> <p>丼 ソースカツ丼 麺 味噌ラーメン</p>	<p><b>1</b> クリーミーコロッケ 鶏肉の香草焼き</p> <p>A ●白菜のうま煮 ●茄子の味噌煮 ●大豆の甘酢和え 426 kcal</p> <p>B +ニロ饅頭</p> <p>丼 天丼 麺 山菜うどんorそば</p>	<p><b>2</b> ハムカツ もろこし焼き</p> <p>A ●中華高菜パスタ ●豆腐と山菜の煮物 ●しろ菜とちくわのお浸し 383 kcal</p> <p>B +豚肉の味噌炒め</p> <p>丼 豚肉のサルサ丼 麺 チゲラーメン</p>	<p><b>3</b> 玉子サラダフライ キャベツ焼き</p> <p>A ●ひじきのサラダ ●じゃがいもの味噌バター煮 ●カリフラワーの洋風煮 360 kcal</p> <p>B +三色ミニ串天</p> <p>丼 ビビンバ丼 麺 カレーうどんorそば</p>	<p><b>4</b> 海鮮串フライ つくね</p> <p>A ●コンソメ炒め ●大根菜のボン酢和え ●里芋の煮物 286 kcal</p> <p>B +かぼちゃサラダ</p>
<p><b>13</b> 唐揚げ</p> <p>A ●れんこん饅頭 ●ツナの和風パスタ ●カリフラワーのマリネ ●かぼちゃ煮 380 kcal</p> <p>B +わらび餅</p> <p>丼 ハヤシライス 麺 肉うどんorそば</p>	<p><b>14</b> さわらかツ 肉詰め茄子</p> <p>A ●切干大根の煮物 ●ほうれん草ともやしのナムル ●のり塩揚げじゃが 372 kcal</p> <p>B +鶏肉のカラフル炒め</p> <p>丼 カツ丼 麺 醤油ラーメン</p>	<p><b>8</b> 玉子ロール アジフライ</p> <p>A ●冬瓜と鶏肉のだし煮 ●マカロニサラダ ●玉ねぎの高菜和え 403 kcal</p> <p>B +エビ焼売</p> <p>丼 鶏南蛮揚げ丼 麺 豚キムチうどんorそば</p>	<p><b>9</b> バジルチキン カレーコロッケ</p> <p>A ●角揚げ〜ネギソース〜 ●ひじきのペパロン炒め ●ふきとあさりの煮物 322 kcal</p> <p>B +焼きそば</p> <p>丼 焼肉丼 麺 坦々麺</p>	<p><b>10</b> 白身魚フライ のり寄せおにぎりチキン</p> <p>A ●豚肉の辛味噌炒め ●春雨ナムル ●しろ菜の煮物 298 kcal</p> <p>B +お好み焼き</p> <p>丼 鶏そば丼 麺 きつねうどんorそば</p>	<p><b>11</b> 俵コロッケ 肉詰めいなり</p> <p>A ●鶏団子のトマト煮 ●菜の花の煮物 ●キャベツとハムの炒め物 346 kcal</p> <p>B +とろろ</p>
<p><b>20</b> カニクリームコロッケ 棒餃子</p> <p>A ●マカロニのトマト煮 ●ビーマンのオイスター炒め ●菜の花の辛子和え 362 kcal</p> <p>B +茄子の甘味噌かけ</p> <p>丼 豚生姜焼き丼 麺 キス天うどんorそば</p>	<p><b>21</b> 春分の日</p>	<p><b>15</b> 牛サイコロステーキのBBQ炒め ちくわの磯辺天</p> <p>A ●ウインナー ●れんこんのしぐれ煮 ●白菜とカニカマのうま煮 ●もやしの中華サラダ 355 kcal</p> <p>B +アジしそフライ</p> <p>丼 天丼 麺 山菜うどんorそば</p>	<p><b>16</b> チンジャオロースフライ 白揚げ天</p> <p>A ●煮豆 ●小松菜の煮びたし ●エリンギのバター炒め 300 kcal</p> <p>B +豚肉と露の炒め物</p> <p>丼 豚肉のサルサ丼 麺 チゲラーメン</p>	<p><b>17</b> ハンバーグ イカカツ</p> <p>A ●カリフラワーのジンジャー炒め ●ズッキーニのコンソメ煮 ●いんげんの胡麻和え 322 kcal</p> <p>B +玉子豆腐</p> <p>丼 ビビンバ丼 麺 カレーうどんorそば</p>	<p><b>18</b> キャベツメンチカツ ビック焼売</p> <p>A ●ビーフンサラダ ●からし菜の甘辛炒め ●枝豆のベッパー炒め 296 kcal</p> <p>B +鯖の味噌煮</p>
<p><b>27</b> 鯖のから揚げ〜ネギソース〜 蓮根つくね</p> <p>A ●すき煮 ●インゲンのマスタード炒め ●小松菜のおかか和え 260 kcal</p> <p>B +じゃが芋串フライ</p> <p>丼 ハヤシライス 麺 海老天うどんorそば</p>	<p><b>28</b> メンチカツ 豚なす味噌炒め</p> <p>A ●じゃが芋の甘辛とろろ煮 ●切干大根の甘酢和え ●ほうれん草の煮浸し 430 kcal</p> <p>B +揚げ出し豆腐</p> <p>丼 カツ丼 麺 醤油ラーメン</p>	<p><b>22</b> ミートコロッケ コーンピースオムレツ</p> <p>A ●野菜の中華炒め ●インゲンの和え物 ●もやしの煮浸し 279 kcal</p> <p>B +牛肉の甘辛煮</p> <p>丼 鶏南蛮揚げ丼 麺 豚キムチうどんorそば</p>	<p><b>23</b> 上野やさ天焼き かぼちゃ天</p> <p>A ●春雨チャンプルー ●チンゲン菜の中華煮 ●ブロッコリーのサラダ 328 kcal</p> <p>B +グラタン風コロッケ</p> <p>丼 焼肉丼 麺 坦々麺</p>	<p><b>24</b> 海老しそカツ イカ焼き</p> <p>A ●ひじきの煮物 ●冬瓜の和風煮 ●にんにくの芽カレー炒め 314 kcal</p> <p>B +豚肉のボン酢炒め</p> <p>丼 鶏そば丼 麺 きつねうどんorそば</p>	<p><b>25</b> たこベジカツ ふんわり豆腐寄せ</p> <p>A ●牛肉炒め ●きのこ大根の煮物 ●水菜と人参のサラダ 385 kcal</p> <p>B +海鮮ビーフン</p>
		<p><b>29</b> ハンバーグ 菜の花と筍のコロッケ</p> <p>A ●ごぼう煮 ●キャベツのオイスター炒め ●からし菜のお浸し 367 kcal</p> <p>B +鶏肉のピリ辛炒め</p> <p>丼 天丼 麺 かき揚げうどんorそば</p>	<p><b>30</b> 蓮根肉詰めフライ 餃子</p> <p>A ●オムレツ ●しろ菜のピリ辛炒め ●小松菜のめた和え ●冬瓜の煮物 329 kcal</p> <p>B +ちくわの磯辺天</p> <p>丼 豚肉のサルサ丼 麺 チゲラーメン</p>	<p><b>31</b> 春巻き 白身魚と豆腐のしんじょう</p> <p>A ●高菜スパゲティ ●さつま芋の甘露煮 ●カリフラワーのごま和え 301 kcal</p> <p>B +豚肉のオイスター炒め</p> <p>丼 ビビンバ丼 麺 肉うどんorそば</p>	<p><b>3</b> 健康への取り組み</p>

3月23(木) しらすご飯の提供です。

※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。