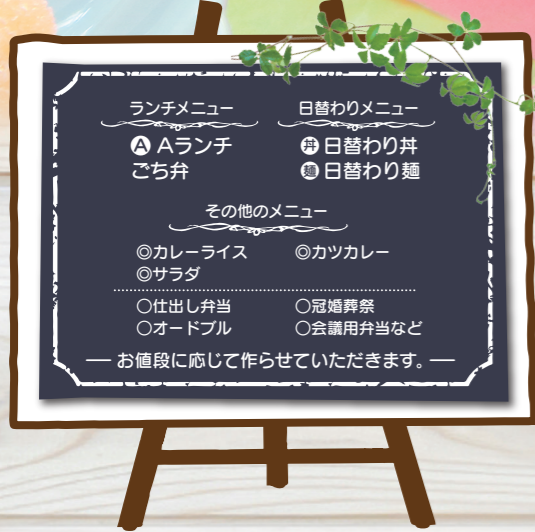


Lunch Menu

ランチメニュー

March 3

Pick UP!



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>インスタ更新中 ROWAL19820901</p> <p>LINE@始めました。お気軽にお問い合わせください。</p>					
<p>4 白身魚フライ ニラ饅頭</p> <p>A ●冬瓜と白菜のそぼろ煮 ●ハムと玉ねぎの黒胡椒炒め ●高野豆腐煮 383 kcal</p> <p>ごち弁 チキンステーキ 丼 豚生姜焼き丼 麺 かき揚げうどんorそば</p>	<p>5 唐揚げ オムレツ</p> <p>A ●キャベツとイカのチリ煮 ●人参と大根の旨煮 ●大豆のじゃこ和え 363 kcal</p> <p>ごち弁 鯖の味噌煮 丼 ソースかつ丼 麺 味噌ラーメン</p>	<p>6 クリーミーフライ 肉団子の生姜煮</p> <p>A ●もやしのピリ辛炒め ●分葱の煮びたし ●ぜんまいと玉ねぎの和え物 325 kcal</p> <p>ごち弁 ロースかつ 丼 鶏南蛮揚げ丼 麺 山菜うどんorそば</p>	<p>7 もちもち肉味噌フライ 麻婆豆腐</p> <p>A ●切干大根サラダ ●ほうれん草の煮びたし ●もっちり水餃子 389 kcal</p> <p>ごち弁 すき焼き風煮 丼 焼肉丼 麺 担々麺</p>	<p>1 たこカツ ミートボール</p> <p>A ●ブロッコリーと木耳の中華炒め ●小松菜と油揚げのだし煮 ●いんげんと蒟蒻の和え物 387 kcal</p> <p>ごち弁 ジャンボから揚げ 丼 ビビンバ丼 麺 肉うどんorそば</p>	<p>2 おまかせフライ お好み焼き</p> <p>A ●ピーマン炒め ●茄子とチンゲン菜の中華和え ●里芋の梅煮 344 kcal</p>
<p>11 鶏肉とキャベツのピリ辛味噌煮 アジフライ</p> <p>A ●じゃが芋とインゲンのガーリック炒め ●切干大根とえのきのハリハリ漬け ●小松菜のカレー炒め 399 kcal</p> <p>ごち弁 チキンステーキ 丼 ハヤシライス 麺 海老天うどんorそば</p>	<p>12 ハンバーグ チキンカツ</p> <p>A ●さつま芋のジャーマンポテト ●冬瓜のうま煮 ●キャベツとメンマのごま酢和え 364 kcal</p> <p>ごち弁 鯖の味噌煮 丼 カツ丼 麺 醤油ラーメン</p>	<p>13 菜の花コロッケ ハム入りピザ風オムレツ</p> <p>A ●白菜のクリーム煮 ●もやしとパプリカのスタミナ炒め ●蒸し鶏のザーサイ和え 337 kcal</p> <p>ごち弁 ロースかつ 丼 天丼 麺 豚キムチうどんorそば</p>	<p>14 チキン南蛮～タルタルソース～ 豚肉の炒め物</p> <p>A ●たらこスパゲティ ●いんげんの和え物 ●大根の柚子煮 376 kcal</p> <p>ごち弁 すき焼き風煮 丼 四川風麻婆豆腐丼 麺 チゲラーメン</p>	<p>8 ハムマヨフライ 山芋焼き</p> <p>A ●ひじきの煮物 ●インゲンとカリフラワーのマスタード炒め ●豆腐の高菜和え 317 kcal</p> <p>ごち弁 ジャンボから揚げ 丼 鶏そぼろ丼 麺 さつまうどんorそば</p>	<p>9 豆腐ハンバーグ～照り焼きソース～ カレーコロッケ</p> <p>A ●ごぼうとしらたきの炒り煮 ●マカロニのケチャップ炒め ●かぼちゃの煮物 276 kcal</p>
<p>18 ささみフライ オムレツ</p> <p>A ●大豆のトマト煮 ●もやしの高菜炒め ●おくらの梅おかか和え 358 kcal</p> <p>ごち弁 チキンステーキ 丼 豚生姜焼き丼 麺 きつねうどんorそば</p>	<p>19 野菜コロッケ 甘酢肉団子</p> <p>A ●チンゲン菜の七味炒め ●わかめのツナ和え ●茄子の煮浸し 362 kcal</p> <p>ごち弁 鯖の味噌煮 丼 ソースかつ丼 麺 味噌ラーメン</p>	<p>20 春分の日</p>	<p>21 カニクリームコロッケ 胡麻じゃがお焼き</p> <p>A ●キャベツのちゃんこ風煮 ●ほうれん草のコーンソテー ●カリフラワーの胡麻和え 385 kcal</p> <p>ごち弁 すき焼き風煮 丼 焼肉丼 麺 担々麺</p>	<p>15 サクサクメンチカツ お好み焼き</p> <p>A ●ちくわとがんもの炊き合わせ ●春菊と人参の煮浸し ●カニカマと玉ねぎの青じそ和え 352 kcal</p> <p>ごち弁 ジャンボから揚げ 丼 ビビンバ丼 麺 カレーうどんorそば</p>	<p>16 ミートコロッケ バイクドエッグポテト</p> <p>A ●ピリ辛ピーマン煮 ●豆腐の枝豆あん ●エリンギと玉ねぎのオーロラ炒め 309 kcal</p>
<p>25 やみつきハンカツ 豆腐ナゲット</p> <p>A ●小松菜チャプチェ ●大根のカニカマあん ●いんげんの和え物 376 kcal</p> <p>ごち弁 チキンステーキ 丼 ハヤシライス 麺 キス天うどんorそば</p>	<p>26 照り焼きチキンステーキ ビーフインコロッケ</p> <p>A ●切干大根の煮物 ●チンゲン菜の玉子炒め ●冬瓜のだし煮 338 kcal</p> <p>ごち弁 鯖の味噌煮 丼 カツ丼 麺 醤油ラーメン</p>	<p>27 洋食屋さんのデミグラスコロッケ オムレツ</p> <p>A ●鶏肉の塩炒め ●豆腐のじゃこボン煮 ●蓮根の沢庵和え 365 kcal</p> <p>ごち弁 ロースかつ 丼 天丼 麺 カレーうどんorそば</p>	<p>28 カレーコロッケ 鯖の塩焼き</p> <p>A ●サラダスパゲティ ●金平ごぼう ●ほうれん草とマッシュルームのソテー 296 kcal</p> <p>ごち弁 すき焼き風煮 丼 四川風麻婆豆腐丼 麺 チゲラーメン</p>	<p>22 パリッと春巻き 豆腐寄せ</p> <p>A ●ひじきとカリフラワーのサラダ ●水菜の煮浸し ●しらたきの金平 310 kcal</p> <p>ごち弁 ジャンボから揚げ 丼 鶏そぼろ丼 麺 肉うどんorそば</p>	<p>23 茄子肉詰めフライ みそ味つくね</p> <p>A ●高野豆腐の含め煮 ●ブロッコリーのサラダ ●ふきの豚味噌炒め 369 kcal</p>
<p>30 ごま油香らビオリイカとじゃが芋のガリパタ炒め</p> <p>A ●人参と玉ねぎのカレー煮 ●大根とさつま揚げのしぐれ煮 ●菜の花の煮浸し 328 kcal</p>	<p>29 オニオンソースハンバーグ コーンコロッケ</p> <p>A ●ピーマン炒め ●白菜と人参のとろろ煮 ●グリーンピースと玉ねぎのケチャップ炒め 375 kcal</p> <p>ごち弁 ジャンボから揚げ 丼 ビビンバ丼 麺 かき揚げうどんorそば</p>	<p>30 ごま油香らビオリイカとじゃが芋のガリパタ炒め</p> <p>A ●人参と玉ねぎのカレー煮 ●大根とさつま揚げのしぐれ煮 ●菜の花の煮浸し 328 kcal</p>	<p>29 オニオンソースハンバーグ コーンコロッケ</p> <p>A ●ピーマン炒め ●白菜と人参のとろろ煮 ●グリーンピースと玉ねぎのケチャップ炒め 375 kcal</p> <p>ごち弁 ジャンボから揚げ 丼 ビビンバ丼 麺 かき揚げうどんorそば</p>	<p>23 茄子肉詰めフライ みそ味つくね</p> <p>A ●高野豆腐の含め煮 ●ブロッコリーのサラダ ●ふきの豚味噌炒め 369 kcal</p>	<p>30 ごま油香らビオリイカとじゃが芋のガリパタ炒め</p> <p>A ●人参と玉ねぎのカレー煮 ●大根とさつま揚げのしぐれ煮 ●菜の花の煮浸し 328 kcal</p>

- 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、健康へととても大切なことです。
 - 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

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