

2024年
2月才武弁当の献立

管理栄養士
監修



2/
14水

炊き込みごはんの日
高菜ご飯

※白米への変更は出来ません。
※才武弁当・みやび弁当のみの提供です。



2/
14水



2/
16金

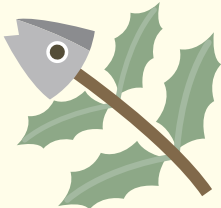


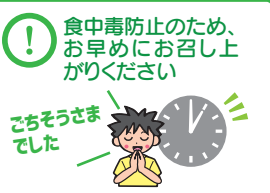
今月のおすすめメニュー

エビマヨ、シュウマイ

エビフライのトマトソース

※イラストはイメージです。

日	月	火	水	木	金	土
28 	29 	30 	31 	1 クリームコロッケ ● 白菜炒め ● ニラまんじゅう ● 茄子煮 ● ふ和え 692kcal・塩分1.8g みやび弁当 +さつま揚げ ベア 肉うどん&梅しらすご飯 615kcal・塩分8.1g 丼 ビーフストロガノフ丼 691kcal・塩分3.1g	2 塩だれカルビ風メンチ、カレー ● きのご炒め ● 糸昆布煮 ● コーンサラダ ● もやし和え 798kcal・塩分3.6g みやび弁当 +ピーマンの肉詰め焼き ベア けんちんうどん&メンチカツ丼 703kcal・塩分7.0g 丼 のり丼 838kcal・塩分2.8g	3 鶏肉の唐揚げ ● 福豆 ● ほうれん草煮 ● ブロッコリーサラダ ● ワカメ和え 829kcal・塩分3.6g みやび弁当 +チヂミ
4 かに玉の塩あんかけ ● マカロニ炒め ● 小籠包 ● こんにゃく煮 ● 大根和え 653kcal・塩分2.2g みやび弁当 +ホタテ風味カツ	5 天ぷら ● 高野豆腐炒め ● ひじき煮 ● 天つゆ ● 人参和え 615kcal・塩分2.6g みやび弁当 +シュウマイ ベア 担々麺&青菜小エビご飯 684kcal・塩分7.9g 丼 中華丼 722kcal・塩分0.9g	6 チャブチェ、豚串カツ ● 納豆 ● 冬瓜煮 ● ふき和え ● 麩サラダ 711kcal・塩分2.2g みやび弁当 +京風がんも ベア カレーうどん&鶏そぼろご飯 634kcal・塩分8.1g 丼 カツ煮丼 813kcal・塩分2.5g	7 ハンバーグのデミグラスソース ● 揚げ出し豆腐 ● 切干大根煮 ● いんげん和え ● キャベツサラダ 796kcal・塩分3.0g みやび弁当 +すき焼き風フライ ベア 醤油ラーメン&磯辺揚げ丼 609kcal・塩分7.3g 丼 牛丼 721kcal・塩分1.9g	8 サーモンフライ、鶏肉の八幡巻ぎ ● ビーフン炒め ● れんこん煮 ● フルーツポンチ ● ゼーサイ 758kcal・塩分3.8g みやび弁当 +豆腐ステーキ ベア きのことどん&ハンバーグ丼 634kcal・塩分7.0g 丼 鶏唐揚げ丼 869kcal・塩分2.6g	9 焼餃子、三角春巻ぎ ● 茄子炒め ● 大根煮 ● ポテトサラダ ● 玉葱和え 730kcal・塩分2.2g みやび弁当 +サラダステーキ ベア 天ぷらうどん&ゆかりご飯 547kcal・塩分6.6g 丼 豚味噌焼き丼 672kcal・塩分2.0g	10 ヒレカツ ● トマトパスタ ● かぼちゃ煮 ● 白菜和え ● しそ昆布 722kcal・塩分2.1g みやび弁当 +舞茸と豆腐のふんわり天
11 鶏肉のBBQソース ● ごぼう炒め ● 白身天ぷら ● オクラ和え ● 白滝サラダ 736kcal・塩分2.3g みやび弁当 +三角しのだ	12 牛肉のブルコギ風、なす肉詰フライ ● グラタン ● 高野豆腐煮 ● 小松菜和え ● 木耳サラダ 768kcal・塩分2.4g みやび弁当 +さつま揚げ	13 豚肉の味噌焼き、棒餃子 ● 竹の子炒め ● 糸昆布煮 ● ふき和え ● 大根サラダ 641kcal・塩分2.5g みやび弁当 +オムレツ ベア 山菜うどん&肉野菜炒め丼 623kcal・塩分6.3g 丼 天丼 692kcal・塩分1.1g	14 エビマヨ、シュウマイ ● バレンタインデザート ● 冬瓜煮 ● ほうれん草和え ● もやしサラダ 674kcal・塩分2.2g みやび弁当 +枝豆と豆腐のふんわり天 ベア チゲ味噌うどん&揚げ丼 729kcal・塩分6.0g 丼 焼き鳥丼 673kcal・塩分1.3g	15 根菜つくね、すき焼き風フライ ● れんこん炒め ● 玉こん煮 ● コーンサラダ ● 人参和え 722kcal・塩分3.2g みやび弁当 +海鮮ステーキ ベア きつねうどん&コロッケ丼 564kcal・塩分6.1g 丼 ソースひれかつ丼 688kcal・塩分2.7g	16 エビフライのトマトソース ● いんげん炒め ● がんも ● 春雨サラダ ● りんご缶 670kcal・塩分1.9g みやび弁当 +ねぎ焼き ベア 味噌ラーメン&わかめご飯 561kcal・塩分7.5g 丼 鮭丼 769kcal・塩分6.7g	17 豚カツ、焼きそば ● ピーマン炒め ● カリフラワー煮 ● 豆サラダ ● 味の花 767kcal・塩分2.3g みやび弁当 +ロールキャベツ
18 白身フライ ● 白菜炒め ● お好み焼き ● きのご和え ● 大根サラダ 626kcal・塩分1.6g みやび弁当 +鶏肉の八幡巻ぎ	19 ハンバーグのオニオンソース ● 竹の子炒め ● かぼちゃ煮 ● いんげん和え ● キャベツサラダ 799kcal・塩分2.3g みやび弁当 +クリーミーコロッケ ベア カうどん&二色丼 676kcal・塩分6.8g 丼 鶏竜田あんかけ丼 674kcal・塩分1.2g	20 肉じゃが、ホタテ風味カツ ● グラタン ● ひじき煮 ● ごぼうサラダ ● もやし和え 713kcal・塩分2.1g みやび弁当 +塩ホッケ ベア 塩ちゃんぽん麺&菜めし 587kcal・塩分7.4g 丼 豚生姜焼き丼 670kcal・塩分1.9g	21 チキンカツのマスタードソース、ねぎ焼き ● れんこん炒め ● 山菜煮 ● コーンサラダ ● 高菜 750kcal・塩分2.6g みやび弁当 +五目巾着 ベア 月見うどん&ハンバーグ丼 654kcal・塩分7.4g 丼 のり丼 838kcal・塩分2.8g	22 エビカツ ● あさりパスタ ● 角天 ● オクラ和え ● 木耳サラダ 680kcal・塩分2.8g みやび弁当 +豆腐ハンバーグ ベア 天ぷらうどん&青菜小エビご飯 559kcal・塩分7.5g 丼 麻婆豆腐丼 613kcal・塩分1.2g	23 牛肉コロッケ ● ピーマン炒め ● もずく ● ふき和え ● 切干大根サラダ 621kcal・塩分2.0g みやび弁当 +ウインナー	24 肉団子のハヤシソース、チーズはんぺんフライ ● 竹の子炒め ● ひじき煮 ● マカロニサラダ ● ふ和え 762kcal・塩分3.6g みやび弁当 +じゃがベーバーグ
25 牛肉の甘味噌炒め、ハムカツ ● 茄子煮 ● チヂミ ● きゅうりサラダ ● 白滝和え 700kcal・塩分1.8g みやび弁当 +玉子ロール	26 アジフライ、焼うどん ● ほうれん草炒め ● 糸昆布煮 ● 豆サラダ ● キムチもやし 686kcal・塩分3.3g みやび弁当 +水餃子 ベア 醤油ラーメン&梅しらすご飯 557kcal・塩分8.0g 丼 カツ煮丼 813kcal・塩分2.5g	27 チーズハムカツ ● カリフラワー炒め ● 里芋煮 ● 春雨サラダ ● ワカメ和え 734kcal・塩分2.5g みやび弁当 +かにと豆腐のふんわり天 ベア 肉うどん&磯辺揚げ丼 667kcal・塩分7.4g 丼 鶏めし 672kcal・塩分1.9g	28 ハンバーグのおろしソース ● 白菜炒め ● カレールー包み揚げ ● いんげんサラダ ● 人参和え 821kcal・塩分2.6g みやび弁当 +三色高野しのだ ベア 担々麺&揚げ丼 668kcal・塩分6.5g 丼 チンチャオ丼 879kcal・塩分1.8g	29 豚肉の生姜焼き、クリーミーコロッケ ● 竹の子炒め ● 冬瓜煮 ● れんこんサラダ ● 玉葱和え 772kcal・塩分2.6g みやび弁当 +さつま揚げ ベア カレーうどん&わかめご飯 603kcal・塩分8.9g 丼 天丼 692kcal・塩分1.1g	1 	2 



●9時までにご注文ください。
9時20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にご協力をお願いいたします。

●仕入れの都合により、メニューが一部変わることがございます。
●容器の回収は翌日になる場合がございます。
●表示されているカロリーはご飯(250g)420kcalを含みます。
●みやび弁当のカロリー・塩分についてはお問い合わせください。
ピンク色の日は、事前にご連絡を頂かないとお受けできない場合がございます。

●お申込み・お問い合わせ
さいたけ 株式会社才武給食
〒367-0061 埼玉県本庄市小島 6-11-37
TEL.0495-21-2036 (代)
FAX.0495-24-0506 http://www.saitake.co.jp