

2024年 5月 才武弁当の献立

管理栄養士
監修



5/29 水 焼き込みごはんの日
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。

5/7 火



5/13 月



今月のおすすめメニュー

鶏肉のラタトゥイユソース

ハンバーグのきのこポン酢ソース

※イラストはイメージです。

日	月	火	水	木	金	土							
28	29	30	1	2	3	4							
		<p>お知らせ</p> <p>5月よりペアの麺のメニューが冷やしに変わります。</p>	<p>1 肉団子のハヤシソース、クリーミーコロッケ</p> <ul style="list-style-type: none"> 白菜炒め 大根煮 豆サラダ 味の花 <p>765kcal・塩分4.2g</p> <p>みやび弁当 +かにと豆腐のふんわり天</p> <p>ペア とうろうどん&梅しらすご飯 511kcal・塩分3.4g</p> <p>丼 鶏唐揚げ丼 886kcal・塩分2.6g</p>	<p>2 エビマヨ、シュウマイ</p> <ul style="list-style-type: none"> 茄子炒め 冬瓜煮 ごぼうサラダ ワカメ和え <p>654kcal・塩分2.4g</p> <p>みやび弁当 +じゃがべーバーグ</p> <p>ペア 天ぷらそば&ハンバーグ丼 675kcal・塩分2.9g</p> <p>丼 豚味噌焼き丼 672kcal・塩分2.0g</p>	<p>3 白身フライ、ナポリタン</p> <ul style="list-style-type: none"> 竹の子炒め ひじき煮 きゅうりサラダ ザーサイ <p>615kcal・塩分4.1g</p> <p>みやび弁当 +鶏肉の八幡巻き</p>	<p>4 ヒレカツ</p> <ul style="list-style-type: none"> カリフラワー炒め かにのふわふわ豆腐 小松菜和え 木耳サラダ <p>627kcal・塩分1.5g</p> <p>みやび弁当 +ねぎ焼き</p>	<p>5 チャプチェ、エビカツ</p> <ul style="list-style-type: none"> れんこん炒め 角天 ふき和え キャベツサラダ <p>646kcal・塩分2.4g</p> <p>みやび弁当 +ハムステーキ</p>	<p>6 ハンバーグのシャリアピンソース</p> <ul style="list-style-type: none"> きのこ炒め めかぶ ピーマンサラダ ひじき和え <p>723kcal・塩分2.6g</p> <p>みやび弁当 +イカ野菜カツ</p>	<p>7 鶏肉のラタトゥイユソース</p> <ul style="list-style-type: none"> ピーマン炒め カレールウ包み揚げ オクラサラダ ふ和え <p>700kcal・塩分3.2g</p> <p>みやび弁当 +三角しのだ</p> <p>ペア ミートソース&青菜小エビご飯 748kcal・塩分3.2g</p> <p>丼 カツ煮丼 813kcal・塩分2.5g</p>	<p>8 エビフライ</p> <ul style="list-style-type: none"> 納豆 大根煮 いんげんサラダ もやし和え <p>636kcal・塩分1.5g</p> <p>みやび弁当 +玉子ロール</p> <p>ペア ためきうどん&メンチカツ丼 613kcal・塩分2.9g</p> <p>丼 牛丼 721kcal・塩分1.9g</p>	<p>9 豚肉の味噌焼き、三角春巻き</p> <ul style="list-style-type: none"> あさりバススタ きんぴらごぼう フルーツポンチ 玉葱サラダ <p>722kcal・塩分2.0g</p> <p>みやび弁当 +サラダステーキ</p> <p>ペア 肉うどん&菜めし 572kcal・塩分3.9g</p> <p>丼 のり丼 838kcal・塩分2.8g</p>	<p>10 厚揚げのオイスター炒め、ホタテ風味カツ</p> <ul style="list-style-type: none"> グラタン 山菜煮 豆サラダ 白滝和え <p>707kcal・塩分2.5g</p> <p>みやび弁当 +水餃子</p> <p>ペア 山菜うどん&揚げ丼 568kcal・塩分2.6g</p> <p>丼 焼き鳥丼 714kcal・塩分1.6g</p>	<p>11 クリームコロッケ</p> <ul style="list-style-type: none"> 竹の子炒め 笹かま ふき和え ワカメサラダ <p>636kcal・塩分2.0g</p> <p>みやび弁当 +ピーマンの肉詰め焼き</p>
12	13	14	15	16	17	18							
<p>12 かに玉の中華あんかけ</p> <ul style="list-style-type: none"> 揚げ餃子 ひじき煮 ブロッコリーサラダ 金時豆 <p>635kcal・塩分2.1g</p> <p>みやび弁当 +さつま揚げ</p>	<p>13 ハンバーグのきのこポン酢ソース</p> <ul style="list-style-type: none"> 白菜炒め かぼちゃ煮 きゅうりサラダ ミニゼリー <p>723kcal・塩分2.6g</p> <p>みやび弁当 +すき焼き風フライ</p> <p>ペア きつねうどん&二色丼 560kcal・塩分3.3g</p> <p>丼 天丼 692kcal・塩分1.1g</p>	<p>14 チーズハムカツ</p> <ul style="list-style-type: none"> 竹輪炒め オムレツ オクラ和え 人参サラダ <p>714kcal・塩分2.6g</p> <p>みやび弁当 +京風がんも</p> <p>ペア サラダうどん&鶏そぼろご飯 614kcal・塩分3.3g</p> <p>丼 ビーフストロガノフ丼 691kcal・塩分3.1g</p>	<p>15 肉じゃが、チーズはんぺんフライ</p> <ul style="list-style-type: none"> ピーマン炒め お好み焼き コーンサラダ 大根和え <p>685kcal・塩分1.8g</p> <p>みやび弁当 +シュウマイ</p> <p>ペア うめ鶏うどん&磯辺揚げ丼 586kcal・塩分3.5g</p> <p>丼 豚生姜焼き丼 670kcal・塩分1.9g</p>	<p>16 アジフライ、鶏肉の八幡巻き</p> <ul style="list-style-type: none"> れんこん炒め 冬瓜煮 マカロニサラダ ふ和え <p>719kcal・塩分2.9g</p> <p>みやび弁当 +豆腐ハンバーグ</p> <p>ペア ナポリタン&わかめご飯 675kcal・塩分2.9g</p> <p>丼 鶏電田あんかけ丼 676kcal・塩分1.2g</p>	<p>17 油淋鶏</p> <ul style="list-style-type: none"> 青梗菜炒め がんも 春雨サラダ もやし和え <p>794kcal・塩分2.7g</p> <p>みやび弁当 +チヂミ</p> <p>ペア 月見うどん&コロッケ丼 579kcal・塩分3.0g</p> <p>丼 麻婆豆腐丼 613kcal・塩分1.2g</p>	<p>18 エビカツ</p> <ul style="list-style-type: none"> いんげん炒め 里芋煮 オクラ和え りんご缶 <p>627kcal・塩分2.2g</p> <p>みやび弁当 +さつま揚げ</p>							
19	20	21	22	23	24	25							
<p>19 豚肉の生姜焼き、棒餃子</p> <ul style="list-style-type: none"> きのこ炒め 大根煮 豆サラダ キムチもやし <p>644kcal・塩分2.4g</p> <p>みやび弁当 +オムレツ</p>	<p>20 ロールキャベツのトマトソース、すき焼き風フライ</p> <ul style="list-style-type: none"> マカロニ炒め きんぴらごぼう ポテトサラダ 木耳和え <p>705kcal・塩分2.9g</p> <p>みやび弁当 +枝豆と豆腐のふんわり天</p> <p>ペア おろしうどん&肉野菜炒め丼 609kcal・塩分2.8g</p> <p>丼 ソースひれかつ丼 688kcal・塩分2.7g</p>	<p>21 牛肉のブルコギ風、豚串カツ</p> <ul style="list-style-type: none"> 茄子炒め 豆腐ステーキ ふき和え 白滝サラダ <p>756kcal・塩分2.4g</p> <p>みやび弁当 +野菜のミンチ巻き</p> <p>ペア とうろそば&メンチカツ丼 646kcal・塩分2.3g</p> <p>丼 鶏めし 672kcal・塩分1.9g</p>	<p>22 焼餃子、春巻き</p> <ul style="list-style-type: none"> ピーマン炒め 冬瓜煮 きゅうりサラダ キャベツ和え <p>648kcal・塩分1.9g</p> <p>みやび弁当 +チキンステーキ</p> <p>ペア 焼きそば&ゆかりご飯 596kcal・塩分4.1g</p> <p>丼 のり丼 838kcal・塩分2.8g</p>	<p>23 豚カツ、カレー</p> <ul style="list-style-type: none"> ピーマン炒め 玉葱煮 きのこサラダ ふ和え <p>704kcal・塩分3.0g</p> <p>みやび弁当 +三色高野しのだ</p> <p>ペア かぼす大根おろしうどん&揚げ丼 582kcal・塩分3.6g</p> <p>丼 チンチャオ丼 879kcal・塩分1.8g</p>	<p>24 根菜つくね、ウインナー</p> <ul style="list-style-type: none"> 白菜炒め ひじき煮 コーンサラダ ねり梅 <p>671kcal・塩分3.6g</p> <p>みやび弁当 +イカメンチカツ</p> <p>ペア 肉うどん&梅しらすご飯 584kcal・塩分3.7g</p> <p>丼 天丼 692kcal・塩分1.1g</p>	<p>25 サーモンフライ、焼うどん</p> <ul style="list-style-type: none"> ブロッコリー炒め かぼちゃ煮 オクラ和え 高菜 <p>625kcal・塩分2.2g</p> <p>みやび弁当 +豆腐ステーキ</p>							
26	27	28	29	30	31	1							
<p>26 鶏肉のBBQソース</p> <ul style="list-style-type: none"> いんげん炒め とうもろこし揚げ 春雨サラダ 大根和え <p>721kcal・塩分2.6g</p> <p>みやび弁当 +さつま揚げ</p>	<p>27 明太ポテトサラダロール</p> <ul style="list-style-type: none"> トマトバススタ もずく ふき和え 玉葱サラダ <p>612kcal・塩分2.4g</p> <p>みやび弁当 +五目巾着</p> <p>ペア 天ぷらうどん&青菜小エビご飯 544kcal・塩分4.0g</p> <p>丼 中華丼 722kcal・塩分0.9g</p>	<p>28 さつま揚げ炒め、ハムカツ</p> <ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐煮 チヂミ ピーマンサラダ ワカメ和え <p>649kcal・塩分3.0g</p> <p>みやび弁当 +肉団子</p> <p>ペア きつねうどん&ハンバーグ丼 607kcal・塩分3.5g</p> <p>丼 カツ煮丼 813kcal・塩分2.5g</p>	<p>29 天ぷら</p> <ul style="list-style-type: none"> 小松菜炒め 切干大根煮 天つゆ 木耳和え <p>543kcal・塩分2.3g</p> <p>みやび弁当 +舞茸と豆腐のふんわり天</p> <p>ペア サラダうどん&コロッケ丼 658kcal・塩分2.9g</p> <p>丼 麻婆茄子丼 592kcal・塩分1.3g</p>	<p>30 ハンバーグのハニーマスタードソース</p> <ul style="list-style-type: none"> カリフラワー炒め がんも 茄子和え キャベツサラダ <p>799kcal・塩分3.0g</p> <p>みやび弁当 +ホタテ風味カツ</p> <p>ペア 月見そば&鶏そぼろご飯 543kcal・塩分2.8g</p> <p>丼 鶏唐揚げ丼 866kcal・塩分2.6g</p>	<p>31 牛肉コロッケ</p> <ul style="list-style-type: none"> グラタン れんこん煮 いんげんサラダ ひじき和え <p>644kcal・塩分1.7g</p> <p>みやび弁当 +ウインナー</p> <p>ペア うめ鶏うどん&わかめご飯 520kcal・塩分4.6g</p> <p>丼 鮭丼 700kcal・塩分6.0g</p>								

食器をレンジにかけないでください

できるだけ風通しの良い涼しい場所で保管してください

食中毒防止のため、お早めにお召し上がりください

ちそうさまでした

お願い

- 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(230g)359kcal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。

お知らせ

●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