

2022年
1月前半

府庁生協 食堂課 配達弁当メニュー

京都府庁生協 食堂課
【電話】075-432-5055
【本庁内線】6113

いつも配達弁当をご利用いただきありがとうございます

配達弁当は、栄養や食材のバランスを考えながら、毎回約7種類のおかずを組み合わせ
てつくっています。お米は、10年連続食味「特A」獲得銘柄の国産米です。

4	火	ヒレカツ スパサラダ・小松菜切干山葵和え・煮物 ねぎ入り玉子焼き・キャベツ和え	13	木	プルコギ チンゲン菜オイスターソース和え・玉子焼 法蓮草浸し・煮物・ブロッコリー
		800kcal 野菜 102 g 塩分 3.6 g			685kcal 野菜 156 g 塩分 3.5 g
5	水	さわやか豚塩レモン炒め ブロッコリーサラダ・中華ミンチカツ 大根きのこわさび和え・煮物・ねぎ玉子焼	14	金	お好み炒め 人参いんげん豚巻フライ・玉子焼 ブロッコリー明太和え・煮物
		702kcal 野菜 126 g 塩分 2.6 g			743kcal 野菜 141 g 塩分 2.9 g
6	木	【新メニュー】 鶏唐おろしソース・野菜塩だれ炒め 菜の花塩ナムル・玉子焼・蒸餃子 煮物・ブロッコリー	17	月	ササミチーズカツ マカロニサラダ・煮物・春菊和え 厚焼玉子・鶏大根シチュー
		764kcal 野菜 135 g 塩分 3.3 g			780kcal 野菜 108 g 塩分 3.5 g
7	金	白身魚野菜甘酢あん あさりクリームコロッケ・玉子焼 法蓮草きのこごま和え・煮物・マカサラ	18	火	鶏唐黒酢あん 法蓮草和え物・煮物・玉子焼 オクラごま和え・こんにゃくきんぴら
		903kcal 野菜 76 g 塩分 3.5 g			743kcal 野菜 91 g 塩分 3.7 g
11	火	アジ洋風南蛮 厚揚げそぼろかけ・しらたきピリ辛炒め 法蓮草浸し・玉子焼・煮物	19	水	【管理栄養士メニュー】 鶏肉野菜オイスター炒め 大根あさりあん・キャベツソーセージ・玉子焼 人参若布ごま酢和え・ロマネスコごまマヨ
		663kcal 野菜 74 g 塩分 2.9 g			592kcal 野菜 163 g 塩分 2.0 g
12	水	豚肉根菜中華煮 アジフライ・ブロッコリー人参ごまサラダ ツナ蓮根トマト和え・玉子焼	20	木	鯛フライ梅しそ 豚すき煮・煮物・玉子焼き・鶏つくね 法蓮草浸し・ブロッコリーとコーンサラダ
		716kcal 野菜 117 g 塩分 2.4 g			650kcal 野菜 121 g 塩分 4.2 g

* 食材などの関係でメニューを変更する場合がございます。ご了承ください。

【ご注文は】

本庁 職場の注文票に記入 ※注文票は当日の午前9時30分までに記入願います。

電話(内線6113)又はメールでの注文は、10時30分までをお願いします。

※注文票は配達実績のある職場に配布しています。(注文票のない職場は電話又はメールで)

※メールアドレス→

kyoto.fucyod@mb3.seikyou

※電話やメールでのご注文は、「建物名」「階」「課名」「お名前」「個数」をお願いします。

※容器は回収しますので、廊下等にお出してください。

市内公所 公所毎に電話(432-5055)又はメール(アドレス上記)で注文を(9時40分まで)

【お支払いは】

配達弁当は お得な弁当チケットをご利用ください

10枚綴り 5,000円(1個当たり500円) ※現金売りは1個540円

※チケットは配達の際に配達員から購入してください。

※購入即お支払いもできます。

※注文時に「チケット購入」を連絡するとスムーズに購入いただけます。

お願い…お弁当は注文数ぎりぎりで作っています。配達時のキャンセルはお受け
できませんので、ご了承ください。

配達弁当の
メニューは
生協のホーム
ページでも
ご覧いただけ
ます

