

2024年  
5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5~6種類のおかずを組み合わせ  
てつくっています。お米は、13年連続食味「特A」獲得銘柄の国産米です。

|    |   |  |    |   |   |
|----|---|--|----|---|---|
| 1  | 水 | アジ洋風南蛮<br>しらたきピリ辛炒め<br>法蓮草浸し・玉子焼・煮物                | 13 | 月 | ササミチーズカツ<br>ナポリタン・春菊和え・玉子焼<br>鶏と野菜の中華炒め                             |
|    |   | 585kcal   野菜 73 g   塩分 2.8 g                       |    |   | 678kcal   野菜 109 g   塩分 2.4 g                                       |
| 2  | 木 | チキン南蛮<br>オクラマヨサラダ・もやしナムル<br>ナポリタン・玉子焼・蒸焼売          | 14 | 火 | 【新メニュー】<br>豚カツハニマスタードソース<br>肉団子トマト煮・オムレツ・マカサラ<br>小松菜千切りナムル・キヌサヤ胡麻和え |
|    |   | 842kcal   野菜 69 g   塩分 2.5 g                       |    |   | 608kcal   野菜 110 g   塩分 2.5 g                                       |
| 7  | 火 | 鶏唐南蛮<br>ブロッコリーピーナッツ和え<br>法蓮草塩ナムル・マカロニサラダ・玉子焼       | 15 | 水 | 鯛フライ梅しそ<br>ブロッコリーとコーンサラダ・スパサラ<br>玉子焼・鶏つくね・法蓮草浸し                     |
|    |   | 749kcal   野菜 53 g   塩分 3.9 g                       |    |   | 678kcal   野菜 79 g   塩分 2.7 g  |
| 8  | 水 | 豚天甘酢あん<br>蒸鶏オクラマスタード和え・法蓮草ごま和え<br>さつま芋サラダ・玉子焼      | 16 | 木 | 【管理栄養士企画】<br>チキンカツ梅タルソース<br>鶏と緑黄色野菜ごま味噌炒め<br>ツナいんげんごま和え・蒸鶏のシーザー和え   |
|    |   | 616kcal   野菜 85 g   塩分 1.8 g                       |    |   | 602kcal   野菜 99 g   塩分 1.8 g  |
| 9  | 木 | あじ大葉フライ<br>豚ニラ玉炒め・ブロッコリーごま和え<br>若布人参ナムル・スパサラ・玉子焼   | 17 | 金 | 豚カツ玉子あん<br>蒸鶏柚子胡椒ポン酢・焼野菜ハニマスタードソース<br>かにかまキャベツ・マヨ・春菊浸し              |
|    |   | 637kcal   野菜 84 g   塩分 2.1 g                       |    |   | 486kcal   野菜 154 g   塩分 2.1 g                                       |
| 10 | 金 | アボカドチーズコロッケ<br>ナポリタン・キャベツソーセージ・玉子焼<br>ロマネスコごまマヨ・焼売 |    |   |   |
|    |   | 753kcal   野菜 71 g   塩分 2.2 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】

本庁

①フォームで(10:20まで) NEW <https://forms.gle/1tSkqgcxMp8aPhWVA>

②メールで(10:20まで) [fucho.syokudo@univ.coop](mailto:fucho.syokudo@univ.coop)

③電話で(内線6113/432-5055)(10:30まで)

※メール・電話でのご注文は「建物名」「階」「課名」「お名前」「個数」を

※容器は再生プラスチックゴミとして回収しますので、中をきれいにして廊下等にお出してください。

PC↓

スマホ→

机に貼って



市内公所

公所毎に ①メール(アドレス上記)又は ②電話(432-5055)で(9:30まで)

## 【お支払い】(チケット又は現金で配達時にお支払いいただきます)

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 5,200円(1個当たり 520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。

※ご注文の際にチケット購入をお知らせいただくとスムーズに購入いただけます。

現金売りは 1個560円

メニューは生協ホームページ  
でもご覧いただけます

<https://fucho.u-coop.net/>



2024年  
5月後半

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5~6種類のおかずを組み合わせ  
てつくっています。お米は、13年連続食味「特A」獲得銘柄の国産米です。

|      |   |         |         |          |      |   |         |         |          |
|------|---|---------|---------|----------|------|---|---------|---------|----------|
| 20 月 | 白身フライ<br>竹輪磯辺揚げ・金平牛蒡・煮物<br>小松菜和え物・玉子焼・のりかつご飯                    | 748kcal | 野菜 75 g | 塩分 3.5 g | 27 月 | 南瓜チーズソース包み揚げ<br>小松菜煮・スパサラ・つくね串<br>ブロッコリーごま和え・玉子焼                    | 588kcal | 野菜 85 g | 塩分 2.0 g |
|      |   |         |         |          |      |   |         |         |          |
| 21 火 | 味噌とんかつ・鶏ちゃん焼<br>法蓮草蒸鶏わさびマヨ和え<br>玉子焼・ホリソバ                        | 686kcal | 野菜 69 g | 塩分 2.6 g | 28 火 | 【人気メニューフェア】<br>鶏唐塩キムチだれ<br>ローストチキンチーズソース<br>オマール仕立てビスコロッケ・蒸鶏若布生姜ポン酢 | 744kcal | 野菜35 g  | 塩分 2.3 g |
|      |   |         |         |          |      |   |         |         |          |
| 22 水 | 【人気メニューフェア】<br>チキントマト南蛮<br>目玉焼きハンバーグ・プチハッシュドポテト<br>ブロッコリー胡麻だれ和え | 629kcal | 野菜 29 g | 塩分 2.9 g | 29 水 | キャベツミンチカツ<br>オムレツ・マカロニサラダ<br>法蓮草とベーコンソテー・南瓜そぼろかけ                    | 594kcal | 野菜 86 g | 塩分 2.5 g |
|      |   |         |         |          |      |   |         |         |          |
| 23 木 | 白身チリ玉ソース<br>照焼ハンバーグ・煮物<br>ねぎ入り玉子焼・スパサラ・小松菜和え物                   | 704kcal | 野菜 63 g | 塩分 2.4 g | 30 木 | 魚フライオニオンソース<br>ひじき煮・10品目入り根菜サラダ<br>さつま芋サラダ・玉子焼                      | 702kcal | 野菜 68 g | 塩分 2.2 g |
|      |   |         |         |          |      |   |         |         |          |
| 24 金 | ハンバーグわさびソース<br>鶏塩唐揚げ・焼そば<br>鶏と茄子の山賊たれ・玉子焼                       | 687kcal | 野菜 65 g | 塩分 3.1 g | 31 金 | 豚肉春雨さっぱり炒め<br>小松菜しらす煮・きのこ揚げピリ辛和え<br>鶏唐揚げ・玉子焼                        | 678kcal | 野菜 70 g | 塩分 2.3 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】

本庁

①フォームで(10:20まで) NEW <https://forms.gle/1tSkqgcxMp8aPhWVA>

②メールで(10:20まで) [fucho.syokudo@univ.coop](mailto:fucho.syokudo@univ.coop)

③電話で(内線6113/432-5055)(10:30まで)

※メール・電話でのご注文は「建物名」「階」「課名」「お名前」「個数」を

※容器は再生プラスチックゴミとして回収しますので、中をきれいにして廊下等にお出してください。

PC↓

スマホ→

机に貼って



市内公所 公所毎に ①メール(アドレス上記)又は ②電話(432-5055)で(9:30まで)

【お支払い】(チケット又は現金で配達時にお支払いいただきます)

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 5,200円(1個当たり 520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。

※ご注文の際にチケット購入をお知らせいただくとスムーズに購入いただけます。

現金売りは 1個560円

メニューは生協ホームページ  
でもご覧いただけます

<https://fucho.u-coop.net/>

