



SERVICE DAY 16日(木)



苺クレープ

LUNCH MENU

1月

2025

ドキドキ

31
(金)

北海道

全国うまいもん旅

ザンギ

ザンギとは、醤油や生姜・ニンニクなどで濃厚に味付けした唐揚げのことです。どこか不思議な響きのザンギですが、その語源はなんと中国語だとされています。ザンギ発祥の店である釧路の『鳥松』のご主人によると、中国語で「鶏の唐揚げ」を意味する「ザーギー」に、“運がつくように”と「ウン(ン)」が間に入って「ザンギ」と名付けられたとか。そのほか、鶏肉を骨ごと切る“散切り”が由来という説や、中国語の「ジャーズー」が訛って「ザンギ」になったという説など、さまざまな説が唱えられています。



2025



4
(土)



～おまかせメニュー～

6(月) トマトバーグ&目玉焼フライ



熱量 376kcal 蛋白質 11.7g 脂質 19.7g 炭水化物 37.9g 塩分 2.4g

7(火) ハムカツ&オムレツ



熱量 323kcal 蛋白質 12.3g 脂質 15.9g 炭水化物 33.4g 塩分 3.2g

8
(水)

おすすめ MENU



豚酢

熱量 262kcal 蛋白質 7.5g 脂質 10.8g 炭水化物 34.2g 塩分 2.8g

9(木) 天ぷらの盛合せ～いか・南瓜



熱量 294kcal 蛋白質 10.8g 脂質 13.0g 炭水化物 33.3g 塩分 2.3g

10(金) ねぎ肉じゃが&ハムカツフライ



熱量 205kcal 蛋白質 6.8g 脂質 7.1g 炭水化物 30.0g 塩分 2.0g

11(土) ていやきチキン



熱量 350kcal 蛋白質 19.9g 脂質 20.3g 炭水化物 20.8g 塩分 2.2g

13
(月) 成人の日



カレーライス

14(火) 肉団子の大学芋あん



熱量 313kcal 蛋白質 11.5g 脂質 12.7g 炭水化物 38.6g 塩分 3.2g

15(水) 鶏と野菜の辛味噌炒め



熱量 210kcal 蛋白質 13.7g 脂質 5.3g 炭水化物 27.6g 塩分 2.9g

～元氣健康ベジタブル～ **“地産地消”** ～どれだて岡山産～

いただきます～す

9日(木) 白菜…鶏・酢	10日(金) ねぎ…牧石	10日(金) キャベツ…鶏・酢
24日(金) ねぎ…牧石	24日(金) 生姜…津山	30日(木) 白菜…鶏・酢

※異常気象・災害等により中止になる場合がございますのでご了承ください

～ご飯は国産米を使用しています～

●電子レンジ使用不可●
弁当容器はポリプロピレン製ですので電子レンジにかけると化学反応を起こしお客様の健康を害する場合がありますので絶対にかけないで下さい。

※おまかせ
・昼食は衛生上、午後2時までに召上が下さい
・直射日光・極端に湿度の高い所には置かないで下さい
・食材仕入の都合により一部メニューの変更がある場合がございます
※カロリー表示にライス(約410kcal)は含まれていません

キョードーフーズ
TEL.086-263-2626 FAX.086-263-2659
URL <http://www.kyodofoods.co.jp/>

16 (木) SERVICE DAY
豚天ぷらの和風あん
 ★苺クレープ★
 熱量 357kcal 蛋白質 17.4g 脂質 20.0g 炭水化物 30.3g 塩分 2.7g

17 (金) イカと野菜の塩だれ
 熱量 205kcal 蛋白質 11.1g 脂質 9.5g 炭水化物 19.5g 塩分 2.7g

18 (土) のり塩干キンカツ
 熱量 416kcal 蛋白質 14.3g 脂質 24.1g 炭水化物 35.9g 塩分 3.4g

20 (月) かに玉～中華あんかけ
 熱量 184kcal 蛋白質 6.4g 脂質 6.4g 炭水化物 27.0g 塩分 2.3g

21 (火) ハンバーグ&帆立風フライ
 熱量 364kcal 蛋白質 10.5g 脂質 13.8g 炭水化物 42.1g 塩分 3.2g

22 (水) エビグラタンフライ
 熱量 354kcal 蛋白質 8.7g 脂質 19.3g 炭水化物 37.3g 塩分 2.6g

1月 ドキドキ
 “おすすめMENU”☆☆ 自信をもっておすすめする自慢のグルメです
 “地産地消” 地元、岡山県産のとれたて新鮮素材を使っています

春	夏	旬味	秋	冬
野菜	魚介	果物		
ほうれん草 ブロッコリー 白菜 芽キャベツ 菜の花	あんこう かわはぎ 帆立貝 ヤリイカ きんめだい	ポンカン 伊予柑 キウイ みかん 柚子		

～“旬”の食材には栄養がたっぷり! この季節に美味しい物を～

23 (木) 鶏と大根のさっぱり旨煮
 熱量 339kcal 蛋白質 17.0g 脂質 19.3g 炭水化物 23.0g 塩分 2.3g

24 (金) さんま竜田揚&千干ミ
 熱量 332kcal 蛋白質 9.5g 脂質 21.3g 炭水化物 27.5g 塩分 1.8g

25 (土) ゲルチン千キンの焼肉風味
 熱量 310kcal 蛋白質 13.7g 脂質 14.9g 炭水化物 29.5g 塩分 2.5g

27 (月) ひとくちローズカツ
 熱量 341kcal 蛋白質 10.2g 脂質 19.4g 炭水化物 31.1g 塩分 2.9g

28 (火) おすすめ MENU
親子煮
 熱量 334kcal 蛋白質 12.4g 脂質 20.5g 炭水化物 25.4g 塩分 2.5g

29 (水) 真あじの南蛮漬
 熱量 256kcal 蛋白質 9.0g 脂質 11.6g 炭水化物 29.6g 塩分 2.2g

30 (木) ヤンニョムポテト
 熱量 262kcal 蛋白質 7.8g 脂質 10.6g 炭水化物 34.0g 塩分 2.2g

31 (金) ザンギ
 全国うまいもん旅 北海道
 熱量 367kcal 蛋白質 17.3g 脂質 21.8g 炭水化物 23.6g 塩分 2.3g

●電子レンジ使用不可●
 弁当容器はポリプロピレン製ですので電子レンジにかけると化学反応を起こしお客様の健康を害する場合がありますので絶対にかけないで下さい。

※朝食は衛生上、午後2時までに召上がり下さい
 ※直射日光・極端に温度の高い所には置かないで下さい
 ※食材仕入の都合により一部メニューの変更がある場合がございます
 ※カロリー表示にライス(約410kcal・カロリー)は含まれていません

キョードーフーズ
 TEL.086-263-2626 FAX.086-263-2659
 URL <http://www.kyodofoods.co.jp/>