

令和7年度

ピンクリボンランチメニュー

10月は乳がん月間です。
行こう！乳がん検診！

- ・健康を意識したヘルシーメニューや、イメージカラーのピンク色の食材を取り入れた限定メニューが味わえる！
- ・乳がん検診についてのリーフレットや、ウェットティッシュもプレゼントいたします！（数量限定）

実施日		メニュー
10月1日（水）	第一本庁舎32階 職員食堂 (コンパスグループ・ジャパン)	・サーモンのクリーム煮 ・赤米（180g） ・パプリカと大根のピクルス 574kcal／野菜総量140g／食塩相当量2.8g 880円
10月2日（木）		・鶏ささみフライ ・トマトソース ・赤米（150g） ・蒟蒻ピーチゼリー ・野菜スープ 680kcal／野菜総量117g／食塩相当量2.9g 840円
10月3日（金）	第二本庁舎4階 職員食堂 (エームサービス)	・豆乳とビーツの ピンククリーム Fett チーズ 471kcal／野菜総量30g／食塩相当量3.1g 800円
10月6日（月）		・鶏肉の明太ピンクマヨソースがけ ・茄子とパプリカの和風サラダ ・ご飯 ・すまし汁 631kcal／野菜総量127g／食塩相当量3.1g 800円

※販売数には限りがあります。

※食材の仕入れにより献立を変更する場合がございます。御了承ください。

乳がん検診は、40歳から2年に1回、定期的に受診しましょう。



令和7年度

ピンクリボン弁当メニュー

10月は乳がん月間です。
行こう！乳がん検診！

- ・健康を意識したヘルシーメニューや、イメージカラーのピンク色の食材を取り入れた限定メニューが味わえる！
- ・乳がん検診についてのリーフレットや、ウェットティッシュもプレゼントいたします！（数量限定）

実施日		メニュー
10月1日（水）	第一本庁舎 26階 弁当販売所 （い和多）	・国産押麦ごはん ・酢鶏 ・さつま揚げと野菜炊き合わせ ・ほうれん草おひたし ・ザーサイと赤ピーマンの和え物 ・さつま芋甘煮 ・たらこふりかけ 535kcal／野菜総量140g／食塩相当量2.1g 小盛御飯590円 普通盛・大盛御飯600円
10月2日（木）	第一本庁舎 26階 弁当販売所 （い和多）	・ボリュームメンチカツ ・チキントマトカレー ・リヨネースポテト ・干し海老入り切干大根サラダ ・隠元胡麻和え ・レッドキャベツ入りコールスロー ・にじのきらめき（白米） ・福神漬け 653kcal／野菜総量140g／食塩相当量3.4g 小盛御飯590円 普通盛・大盛御飯600円
	第二本庁舎 10階 弁当販売所 （嵯峨野）	・鶏の唐揚げ オーロラソース ・あさり入り具沢山金平ごぼう ・ハムともやしのサラダ ・ほうれん草のお浸し ・五目豆 ・漬物 ・ライス 772kcal／野菜総量124g／食塩相当量3.0g 小盛御飯580円 普通盛御飯600円 大盛御飯650円
10月3日（金）	第一本庁舎 26階 弁当販売所 （い和多）	・国産黒もち米御飯 ・グリルチキン・サウザンドレッシングソース ・豚肉豆腐 ・野菜コロッケ ・連切りれんこんきんぴら ・なめこみぞれ酢 ・桜漬け 516kcal／野菜総量170g／食塩相当量3.2g 小盛御飯590円 普通盛・大盛御飯600円
	第二本庁舎 10階 弁当販売所 （嵯峨野）	・アジフライ ・ボークカレー ・ツナとカリフラワーのサラダ ・くわいのゆかりマヨ和え ・カニカマ無限ピーマン ・漬物 ・ライス 723kcal／野菜総量125g／食塩相当量2.4g 小盛御飯580円 普通盛御飯600円 大盛御飯650円
10月6日（月）	第一本庁舎 16階 弁当販売所 （い和多）	・栗御飯 ・岩手県産銀鮭塩焼き ・鶏胸肉天婦羅 ・大根ソイミートそぼろ煮 ・人参ともやしおひたし ・隠元と宮城の蒟蒻胡麻和え ・彩柴漬け ・レッドキャベツ入りコールスロー 568kcal／野菜総量157g／食塩相当量2.7g 小盛御飯590円 普通盛・大盛御飯600円
	第一本庁舎 26階 弁当販売所 （嵯峨野）	・銀鮭の塩焼き ・豚バラと茄子のピリ辛炒め ・山菜そばサラダ ・さつま芋のはちみつレモン和え ・筍の土佐煮 ・切干大根煮 ・漬物 ・ライス 683kcal／野菜総量114g／食塩相当量3.3g 小盛御飯580円 普通盛御飯600円 大盛御飯650円
	第二本庁舎 10階 弁当販売所 （玉子屋）	・キングサーモンの塩焼き ・俵メンチカツ ・ビーフシチュー ・たらマヨサラダ ・コロコロごぼう ・千切キャベツ ・日野菜 ・ブロッコリー ・ライス 637kcal／野菜総量122g／食塩相当量2.7g 小盛御飯590円 普通盛御飯600円 大盛御飯650円

※販売数には限りがあります。

※食材の仕入れにより献立を変更する場合がございます。御了承ください。

※エネルギーはすべて小盛御飯の場合を記載しています。

乳がん検診は、40歳から2年に1回、定期的に受診しましょう。

