

~MENU~

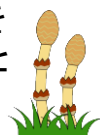
お米は、100%千葉県産コシヒカリを使用しています。

	5月15日 月曜日	5月16日 火曜日	5月17日 水曜日	5月18日 木曜日	5月19日 金曜日	5月20日 土曜日
お弁当メニュー	◆ラビオリ(※) 野菜黒酢ソース チェダーチーズオムレツ テミソース 肉豆腐 たらこスパゲティ 茄子と野菜のラタトゥイユ 塩レモンザーサイ エネルギー:431Kcal ※パスタ生地を使った イタリア風餃子	◆鶏団子の 春雨スープ煮 浜松餃子カツ 鯖の西京漬 蒟蒻牛肉ピリ辛炒め 玉子サラダ 海老千り エネルギー:596Kcal	◆ハンバーグ おろしソース Mixベジのせ キーマカレーフライ 五目ひじき煮 白菜と豚肉 スタミナ味噌炒め カニ玉ボール 青唐辛子ピリ漬 エネルギー:580Kcal	◆白身魚の 和風野菜あんかけ チキンステーキ シャリアピンソース チョレギサラダ 具沢山切昆布煮 オクラと胡瓜の酢の物 ミニフランクフルト ケチャップ和え エネルギー:503Kcal	◆フライドチキン 南蛮風 八宝菜 フキ・ぜんまい・あげ煮 メンマ黒胡椒和え イタリア風グラタン ごぼうサラダ エネルギー:543Kcal	◆豚肉スタミナ炒め 揚げ出し豆腐 塩マス焼 ニラ玉 青唐しめじ ジャガイモおやき エネルギー:508Kcal
	5月22日 月曜日	5月23日 火曜日	5月24日 水曜日	5月25日 木曜日	5月26日 金曜日	5月27日 土曜日
お弁当メニュー	◆豚カツ胡麻ソース 根菜とぼろ煮 具沢山ビーフン炒め イタリアンオムレツ 若芽とネギの酢味噌和え コーンコールスローサラダ エネルギー:551Kcal	◆彩り野菜のかき揚げ 天つゆ ハムステーキ スクランブルエッグのせ フロッキーカニあんかけ ホイコーロー チリソース肉団子 みかんゼリー エネルギー:442Kcal	◆親子丼風煮 紅生姜 白身魚入り豆腐枝豆あん 豚ロースカレーパン粉焼 もずくと中華クラゲ和え スパイシーポテトサラダ 水餃子肉味噌のせ エネルギー:583Kcal	◆黒毛和牛コロッケ 麻婆茄子竹の子 鯖の生姜煮 焙煎胡麻ドレ野菜サラダ 彩り野菜のミートロール照焼 豚肉蒟蒻ピリ辛炒め エネルギー:594Kcal	◆キーマカレー 赤ウインナー 豚肉木耳玉子中華炒め 竹輪の磯辺揚 松前風高菜 肉詰めいなひハーフおくら のせ サラダ風うどん エネルギー:542Kcal	◆牛肉野菜の ビビンバ風 辛味ゆず胡椒風味の チキンカツ フキ肉まん 大根とぼろ煮 チリビーンズ 春雨梅肉和え エネルギー:585Kcal

栄養士からのコメント

いつもご利用ありがとうございます。
 5月も中旬を過ぎ、慣れない環境で疲れが出てくる方もいらっしゃると思いますが、栄養不足も気力不足へとつながります。
 しっかりと食べて、
 良い睡眠を取るよう心掛けたいものですね・・・。

【今回のお勧めメニュー:鶏団子の春雨スープ煮(5/16・火)】
 揚げた鶏団子に春雨入りの中華スープ(生姜入り)をからめた、あっさりとのどごしも良く食べやすい一品となっております。
 是非、ご賞味下さい。



※上記のメニューに、ライス普通盛り250g(420Kcal)が付きます。
 ※仕入れの都合により、若干メニューの変更がございますが御了承下さいませ。
 ※食品衛生上、昼食は午後1時までにお召し上がりくださいますようお願い申し上げます。
 ※お弁当箱の中には、ガムやタバコの吸い殻など入れない様お願いします。

給食のクックさん

木更津市畑沢南2-3-8

TEL 0438-37-0141

FAX 0438-37-0888

ご注文は、9時30分までに
 お願いいたします。