

# ~MENU~

お米は、100%千葉県産コシヒカリを使用しています。

	8月7日 月曜日	8月8日 火曜日	8月9日 水曜日	8月10日 木曜日	8月11日 金曜日	8月12日 土曜日
お弁当メニュー	<b>◆葱塩牛丼風</b> 紅生姜 チーズメンチカツ イカキャベツ焼酢豚あんかけ ふいかけ メンマ黒胡椒和え 小籠包 茶碗蒸し エネルギー:499Kcal	<b>◆エビフライタルタル</b> Wカレーハンバーグ 玉葱天とがんと煮 豆腐の玉子とし煮 ポテトサラダ フランクフルトケチャップ和え エネルギー:593Kcal	<b>◆鶏の唐揚げ</b> おろしポン酢 筑前煮 豚肉の甘辛炒め 梅ザーサイ 麻婆豆腐 シャキシャキ肉団子 エネルギー:473Kcal	<b>◆竹輪磯辺揚げと 茄子のはさみ揚げ</b> 天丼たれ 鶏のマスタード焼 もずく酢 牛肉春雨炒め 桜エビとキャベツの炒め物 しその実山菜 エネルギー:490Kcal	夏季休暇の為 お休みさせていただきます。 	
	8月14日 月曜日	8月15日 火曜日	8月16日 水曜日	8月17日 木曜日	8月18日 金曜日	8月19日 土曜日
お弁当メニュー	夏季休暇の為 お休みさせていただきます。 		<b>◆ローズ豚カツ</b> 牛肉の柳川風 茄子と竹の子豆板醤炒め ポテトチキンロール照焼 カリフラワーと フロッキーフレンチドレ 冬瓜のそぼろあん エネルギー:473Kcal	<b>◆豚肉野菜のビビンバ風</b> ハーフ玉子のせ 油淋鶏(ユージンチー) 鮭の塩焼 刻み生姜メンマ和え チキンボールトマトソース煮 国産みかんゼリー エネルギー:596Kcal	<b>◆白身魚の竜田</b> 中華野菜あんかけ 牛肉野菜黒胡椒炒め 塩焼きそば 肉シュウマイ 鶏野菜きのこ玉子焼 竹輪と若芽ワサビクリーム キャラしぐれ エネルギー:474Kcal	<b>◆うま塩肉豆腐</b> 玉子サラダフライ 豚ローズジンジャー焼 そぼろ金平 おくらとメンマ和え サラダうどん エネルギー:487Kcal

## 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。  
 向日葵(ひまわり)が元気よく咲いていますね。  
 暑い日が続きますが、夏バテ防止のたんぱく質(魚・肉・玉子・大豆・乳製品など)やビタミン類をしっかり摂って体調を崩さない様にお気を付けください。

今回のお薦めメニュー:8/10(木)

竹輪磯辺揚げと茄子のはさみ揚げ/天丼たれ

竹輪の磯辺天ぷらと、根菜を混ぜた挽肉を茄子ではさみ、天ぷらにしました。甘めの天丼たれがよく合います。是非、ご賞味ください。



※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様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いたします。

## 給食のクックさん

木更津市畑沢南2-3-8

ミナ オイシイ

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。