

~MENU~

お米は、100%千葉県産コシヒカリを使用しています。

	12月10日 月曜日	12月11日 火曜日	12月12日 水曜日	12月13日 木曜日	12月14日 金曜日	12月15日 土曜日
お弁当メニュー	◆ビーフメンチカツ デミソースかけ 金平ごぼう あぶい焼チキン うま塩肉豆腐 小松菜ツナ和え 柿大福／ふりかけ エネルギー:593Kcal	◆ロールキャベツ クリーム煮 フライドチキン南蛮タレかけ カレー焼きそば ポテトサラダ もちいなり焼生姜醤油 青唐辛子味噌漬 エネルギー:598Kcal	◆イタリア風グラタン・ コーンコロッケ 豚肉の甘辛 ペッパーポロニアハム 具沢山切昆布煮 梅生姜とおくら和え アボガドチーズパイ エネルギー:478Kcal	【おかかごはん】 ◆他人丼 紅生姜 ウィンナードックと ポテトフライケチャップのせ 豚肉レンコンひじき煮 若芽・葱酢味噌和え にらもやし天 夕張メロンゼリー エネルギー:561Kcal (おかかごはんを除く)	◆八宝菜 うずらのせ チーズオムレットマトソース 串カツ もやしとぜんまいナムル 鯖の味噌煮 明太子スパゲティ エネルギー:476Kcal	◆豚肉と豆腐のキムチ たっぴり海老カツ 目玉焼きケチャップ タンドリーチキン マロニー野菜サラダ ミニゼリー ごまだれうどん エネルギー:591Kcal
	12月17日 月曜日	12月18日 火曜日	12月19日 水曜日	12月20日 木曜日	12月21日 金曜日	12月22日 土曜日
お弁当メニュー	◆W(ダブル)豚カツ 牛肉とじゃが芋煮 チンジャオオロス風 マスの塩焼き スパイシーマカロニサラダ 茶碗蒸し エネルギー:532Kcal	◆チキンカレー 福神漬 海老まる天・丼たれ 赤ウィンナー ポークチャップ ワサビクリーミードレサラダ メンマ黒胡椒和え ミニ肉まん エネルギー:511Kcal	◆ハンバーグ ロコモコ風 ハムロールフライ 豚肉と中華野菜の黒酢あん 切干大根キムチ 鶏と野菜のシーザードレ おかず木くらげ エネルギー:495Kcal	◆鶏の唐揚 手作りタルタル 麻婆春雨 さんまの生姜煮 もやしとくらげの酢の物 焼き餃子 牛肉とニンニクの芽 スパイス炒め エネルギー:596Kcal	◆厚揚げの中華風 ピリ辛うま煮／紅生姜 キーマカレーフライ 豚ロース七味焼 茄子と筍の味噌炒め 玉子サラダ シャキシャキ肉団子 エネルギー:530Kcal	◆三色天津玉子 野菜あんかけ 竹輪の甘辛 キャベツとベーコン炒め キャンティチーズ 海藻サラダ 鶏のレモン焼 焼ちゃんぽん エネルギー:457Kcal

栄養士からのコメント

いつもご利用いただき、有難うございます。

日に日に寒さも増してきました。
空気もだいぶ乾燥しております。

風邪やインフルエンザなどにかかりませんよう、ご留意ください。

【今回のお勧めメニュー】

◆鶏の唐揚手作りタルタル(12/20・木曜日)

鶏の唐揚げに、好評の手作りタルタルソースを添えました。
お好みによりタルタルソースをつけて、コクのある唐揚げを、是非、お召し上がりください。

※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をお願いします。

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。

