

~MENU~

お米は、100%千葉県産コシヒカリを使用しています。

	6月10日 月曜日	6月11日 火曜日	6月12日 水曜日 お薦め!	6月13日 木曜日	6月14日 金曜日	6月15日 土曜日
お弁当メニュー	◆Wヒレカツ おろしポン酢添え 鯖の西京漬焼 豚肉たけのこ煮 もやしと玉子の中華炒め 切干大根とピーマンの酢の物 たいやき エネルギー:525Kcal	◆肉詰め根菜いなり カニあんかけ/おくららせ 鶏の唐揚 にらまんじゅう 中華クラゲと若芽和え タコライスソースパスタ 柚子おろし肉団子 エネルギー:586Kcal	◆季節野菜のかき揚げ 天つゆ うなぎ  具沢山切昆布煮 豚ローススタミナ焼 蕎麦 フロッキーとコーンポン酢マヨ エネルギー:535Kcal	◆メンチカツの玉子とし 青のり 豚肉と茄子のカレー炒め ペンネグラタン ザーサイ蒸し鶏和え ソース焼きそば 蒟蒻味噌田楽 エネルギー:478Kcal	◆ラビオリ風 照りマヨソース/水菜のせ ビーフシチュー ぐわい入りつくね あぶり焼チキン キャンティチーズ 豚キムチ 春雨中華サラダ エネルギー:540Kcal	◆白身魚の 中華野菜あん 豚肉野菜トマト炒め 手造りジャーマンポテト 梅れんこん ちぢみ/たれ ふいかけ/厚焼玉子 エネルギー:451Kcal
	6月17日 月曜日	6月18日 火曜日	6月19日 水曜日	6月20日 木曜日	6月21日 金曜日	6月22日 土曜日
お弁当メニュー	◆うま塩肉豆腐 花蒲鉾 ウイナー串フライ トマトソースかけ 筑前煮 つくね大葉巻き照焼ソース おくら肉味噌和え 焼うどん エネルギー:469Kcal	◆スパイシーポークカレー Mixベジのせ/福神漬 餃子野菜あんかけ 鯖の塩焼 枝豆がんもとウイナー ごぼう巻きだし煮 焼ちゃんぽん 中華ポテト エネルギー:580Kcal	◆ロコモコ丼風 鶏とれんこん黒酢炒め 肉厚ハムカツ 胡麻ドレサラダ 味付めかぶ 山くらげとめんま和え エネルギー:542Kcal	◆挽肉野菜のビビンバ 牛肉とマロニー煮 ピザ風春巻 五色酢の物 チキンステーキオニオンソース ごぼうサラダ エネルギー:554Kcal	◆チキン南蛮 タルタルソース 豚肉生姜炒め フロッキークリーム煮 割干大根 黒豚シューマイ 明太子スパゲティ エネルギー:584Kcal	◆牛肉フルコギ 紅生姜 竹輪の磯辺揚げ ハムチーズピカタケチャップ ゴーヤチャンプル カレーポテトサラダ ココアムース エネルギー:499Kcal

栄養士からのコメント

いつもご利用有難うございます。

日ごとに蒸し暑くなってまいりました。

梅雨入り宣言が出されると、しばらくはジメジメとしたお天気とのお付き合いですね・・・。

【今回のお薦めメニュー:うなぎ(6/12・水)】

皆様に元気でお過ごしいただきたく、土用の丑より先取りで「うなぎ」の登場です！
 うなぎには、疲労回復・眼精疲労緩和・動脈硬化予防・ガン予防・老化防止などの効果が期待されています。
 うなぎパワーで、これからの暑さを元気に乗り切ってください！



※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。

※お弁当容器は、電子レンジ対応ではございません。温める際は別の皿などに移して温めて下さい。

※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

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。