

~MENU~

お米は、100%千葉県産コシヒカリを使用しています。

	6月7日 月曜日	6月8日 火曜日	6月9日 水曜日	6月10日 木曜日	6月11日 金曜日	6月12日 土曜日
お弁当メニュー	◆鯖大葉フライ タルタル そぼろ入り金平ごぼう トマトペンネグラタン 高菜入りポテトサラダ シャキシャキ肉団子 エネルギー:404Kcal	◆鎌倉丼 青のり 切干大根マリネ すしあげと結び昆布煮 蒸し鶏の梅ザーサイ和え ハムステーキケチャップのせ エネルギー:405Kcal	◆ビビンバーグ 高野豆腐の玉子とし煮 桜エビグラタンコロケ 野菜サラダサウザンドし和え メンマの黒胡椒和え エネルギー:497Kcal	◆ミートオムレツ トマトソース スパゲティソテー 塩唐揚げ ねぎと若芽酢味噌和え おくらとおかず生姜和え 切昆布と豚肉ザーサイ炒め エネルギー:459Kcal	◆キムチ千ゲ 花かまのせ グリルチキンテミソース オニオンコールスロー すき焼きコロケ 塩焼きそば エネルギー:494Kcal	◆牛肉とにらの スタミナ炒め・紅生姜 筑前煮 豚ローススパイス炒め 豆腐ハンバーグ天 おろしソース ワサビクリーミー ドレ海藻サラダ エネルギー:485Kcal
	+ ロール玉子焼 (81 Kcal)	+ さつま芋サラダ (78 Kcal)	+ 柚子蒟蒻 (11 Kcal)	+ 夕張メロンゼリー (40 Kcal)	+ ミニたいやき (85 Kcal)	+ 筍シュウマイ (49 Kcal)
	6月14日 月曜日	6月15日 火曜日	6月16日 水曜日	6月17日 木曜日	6月18日 金曜日	6月19日 土曜日
お弁当メニュー	◆W三元豚ヒレカツ 照焼パスタ お好み焼風オムレツ ロールキャベツと がんもトマト煮 味付めかぶ エネルギー:418Kcal	◆揚げ餃子 酢豚あん ホッケ塩焼 五目ひじき煮 中華風カニ玉 フロッキーチョコレギサラダ エネルギー:427Kcal	◆ねぎ塩肉豆腐 いんげん 山芋磯辺天と ジャがはんぺん天/天つゆ トマトクリームパスタ 軟骨入りつくね・たれ 白菜とキャベツカレーマリネ エネルギー:501Kcal	◆他人丼 紅生姜 エビのビスクフライ ウインナー・ケチャップ 山くらげのコロコロ煮 千り銀鮭焼 エネルギー:429Kcal	◆チキンカレー 福神漬・グリーンピース 牛肉とフキぜんまい煮 さんまの塩焼 スパイシーマカロニサラダ チーズメンチカツ/ 厚焼玉子 エネルギー:549Kcal	◆白身魚の 野菜あんかけ ジャガベーハンバーグ トマトソース 蓮根の塩だれ炒め 春雨中華サラダ 冷奴 エネルギー:402Kcal
	+ カクテキ (14 Kcal)	+ 冷うどん (63 Kcal)	+ 草もち/ふりかけ (65 Kcal)	+ 合鴨のフレンチドレ (70 Kcal)	+ れんこんの柚子マリネ (42 Kcal)	+ 肉詰めいなり煮 (128 Kcal)

管理栄養士からのコメント

いつもご利用いただきまして有難うございます。
不安定な天候が続き、毎日空模様が気になる時期になりました。
湿度が高く疲れやすくなる為、栄養・休養が
とても重要になりますね。

厨房内では湿度が大敵！より一層衛生管理に努め、
安心・安全なお弁当を提供していきます！



【今回のお薦めメニュー:ビビンバーグ(6/9・水曜日)】

ハンバーグとビビンバが一緒になったメニューです。
ビビンバの味がハンバーグと絡まってご飯がすすみます。
ハンバーグのたんぱく質と野菜のミネラルと一緒に摂れる
お薦めのメニューです。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。

※アレルギー物質特定原材料7品目のうち、卵・乳製品・小麦は毎日のお弁当に含まれます。

※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。

※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します。

※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。

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
お願い致します。