



# M E N U



12/29日 (月)	12/27～1/4までお休みさせていただきます
30日 (火)	
31日 (水)	
1/1日 (木)	
2日 (金)	
3日 (土)	

◇上記のメニューに、ライス普通盛り250g/393Kcalが付きます。

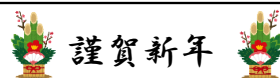
◆アレルギー物質特定原材料7品目のうち、卵・乳製品・小麦は毎日のお弁当に含まれます。

◇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。

◆食品衛生上、**昼食は13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、**使用済みのマスク**やガムやタバコの吸い殻など入れないようお願いします。

◆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。



謹賀新年

旧年中は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます  
本年も倍旧のご愛顧を賜りますようお願い申し上げますとともに  
皆様のご健勝とご発展を心よりお祈り申し上げます

Instagram>

@cook\_kisarazu



X (旧Twitter)>

@cook\_kisarazu



メニュー表やお弁当の写真を  
毎日更新中です！  
お気軽にフォローしてください☆

◆お米は、国産ブレンド米を使用しております。

1/5日 (月)	野菜カレーコロッケ	麻婆茄子 ハンバーグ・ホワイトソース・コーンのせ ツナポテトサラダ 甘酢カリとおくら和え <small>エネルギー 623 kcal 塩分 3.5g タンパク質 19.7g 脂質 39.6g 炭水化物 48.2g</small>	抹茶蒸し饅頭 <small>(エネルギー 57 kcal)</small>
6日 (火)	<b>油淋鶏</b>	マロニーとゆかり・梅昆布和え ニンニクの芽とイカの炒め物 豚ロース生姜焼き コーンと枝豆の青じそドレ和え <small>エネルギー 555 kcal 塩分 2.8g タンパク質 24.7g 脂質 36.6g 炭水化物 29.9g</small>	納豆 <small>(エネルギー 44 kcal)</small>
7日 (水)	竹輪の紅葉揚げ 蓮根天 (丼たれ)	パクチョイと沢庵のピリ辛ナムル 切干大根のカレー煮 鶏のキムチ焼き カップもずく <small>エネルギー 404 kcal 塩分 4.4g タンパク質 16.9g 脂質 24.1g 炭水化物 28.8g</small>	トマトパスタ サラダ <small>(エネルギー 101 kcal)</small>
8日 (木)	韓国風チャプチェ 蒲鉾のせ	水餃子・レモンソース 明太チーズはんぺんフライ 若芽わさびクリーミードレ和え 厚焼き玉子/ゼリー <small>エネルギー 478 kcal 塩分 4.0g タンパク質 14.5g 脂質 22.4g 炭水化物 52.5g</small>	サバのバジル焼き <small>(エネルギー 105 kcal)</small>
9日 (金)	欧風カレー コーンのせ (福神漬け)	牛肉コロッケ 蓮根の粒マスタード炒め お好み焼き・ソース 焼きビーフン <small>エネルギー 502 kcal 塩分 4.9g タンパク質 14.1g 脂質 25.8g 炭水化物 54.5g</small>	つくね串 <small>(エネルギー 30 kcal)</small>
10日 (土)	牛すき煮 (紅生姜)	たけのことそぼろ炒め 春巻き・チリソースかけ 五色酢の物 梅ザーサイ <small>エネルギー 330 kcal 塩分 2.5g タンパク質 13.4g 脂質 12.9g 炭水化物 34.3g</small>	鶏の八幡巻 <small>(エネルギー 45 kcal)</small>

## 給食のクックさん

木更津市畑沢南2-3-8

☎ 0438- 37-0141

※ご注文は8：00～9：30までに  
お願い致します。

FAX 0438-37-0888



HPはコチラ  
メニュー写真などご確認いただけます  
<https://www.cook0141.com>