



MENU



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、3月から千葉県産ブランド米を100%使用しております。

6/15日 (月)	夏野菜カレーコロッケ 青海苔	グリルチキンソテー・山葵ソース 切干大根 炭火焼き軟骨串 三角信田煮 <small>エネルギー 415 kcal 塩分 1.8g タンパク質 16.7g 脂質 23.8g 炭水化物 30.6g</small>	メロンパン (エネルギー 105 kcal)
16日 (火)	彩り野菜のピビンバ	ブロッコリーのアヒージョ風 旨塩枝豆春巻き・青海苔コロッケ 牛肉ステーキ・おろしソース キャベツロール・ケチャップ <small>エネルギー 618 kcal 塩分 3.3g タンパク質 25.2g 脂質 41.4g 炭水化物 34.2g</small>	山くらげ マヨネーズ (エネルギー 104 kcal)
17日 (水)	オクラすり身天ぷら 梅だれ・ゆかり	小松菜とベーコン・クリームパンネ 筑前煮 秋刀魚の塩焼き カップめかぶ <small>エネルギー 397 kcal 塩分 2.4g タンパク質 16.2g 脂質 24.5g 炭水化物 24.1g</small>	ジャンボ ミートボール (エネルギー 93 kcal)
18日 (木)	北海道唐揚げ ザンギ	麻婆茄子 枝豆オムレツ・チリソース 豚ニラ炒め 五色酢の物 <small>エネルギー 522 kcal 塩分 2.3g タンパク質 21.8g 脂質 35.5g 炭水化物 26.3g</small>	納豆 (エネルギー 44 kcal)
19日 (金)	おすすめ カレー風味の バーグおでん	おろしポン酢で食べるアジしそフライ 中華クラゲと若芽ドレッシング和え 鶏のトマトバジル焼き 梅ごぼう <small>エネルギー 481 kcal 塩分 4.9g タンパク質 24.4g 脂質 26.6g 炭水化物 34.9g</small>	桃ゼリー (エネルギー 38 kcal)
20日 (土)	チーズソース入り メンチカツ 青海苔	スパゲティナポリタン 豚肉の青唐辛子炒め ホッケ塩焼き 甘酢ガリ昆布和え <small>エネルギー 418 kcal 塩分 2.3g タンパク質 19.1g 脂質 22.9g 炭水化物 31.1g</small>	軟骨入り つくね (エネルギー 30 kcal)

◇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、**風食は13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、**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いたします。

◆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。



いつも御利用有難う御座います。

今週のオススメは **6/19 カレー風味のバーグおでん**

和風カレーの味付けでおでんを作りました。ハンバーグが入った

変わり種のおでんです。ぜひご賞味ください♪

給食のクックさん

木更津市畑沢南2-3-8

ミナ オイシイ

☎ 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はこちら

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