

# ~MENU~

お米は、100%千葉県産コシヒカリを使用しています。

	9月12日 月曜日	9月13日 火曜日	9月14日 水曜日	9月15日 木曜日	9月16日 金曜日	9月17日 土曜日
お弁当メニュー	<b>◆コーンコロッセ</b> /ふいかけ お好み焼風オムレツ 鶏のチリソース煮 水餃子肉味噌のせ トロピカルフルーツMix エネルギー:416Kcal	<b>◆フルコギ</b> おでん風煮 フィッシュフライタルタル ドイツ風盛り合わせ 小籠包 エネルギー:447Kcal	<b>◆ゴマ衣の唐揚げ</b> 切干大根マリネ 牛肉と蒟蒻ピリ辛炒め 海鮮千チミヤンニョムソース フロッコリーと コーンのフレンチドレ エネルギー:420Kcal	<b>◆厚揚げ麻婆豆腐</b> たかのつめ 蒸し鶏カレー和え サックリ衣の肉コロッセ マスの塩焼 わかめとねぎの酢味噌 エネルギー:468Kcal	<b>◆ラビオリミートソース</b> &チーズソースのせ 豚ロースキムチ焼 レンコンピリ辛炒め すし揚げと花しんじょ煮 手造り玉子がたっぷりサラダ エネルギー:484Kcal	<b>◆ロールキャベツの</b> ベーコンクリーム煮 挽肉と野菜の 味噌ニンニク炒め 焼ちゃんぽん イカステーキ塩だれ焼 大葉香るサクサク春巻 エネルギー:476Kcal
	+ チョレギサラダ (40 Kcal)	+ ココアムース (43 Kcal)	+ からし木くらげ (49 Kcal)	<b>NEW</b> + ビビン麺 (50 Kcal)	+ わらび餅黒糖 (80 Kcal)	+ 手造りピクルス (26 Kcal)
	9月19日 月曜日	9月20日 火曜日	9月21日 水曜日	9月22日 木曜日	9月23日 金曜日	9月24日 土曜日
お弁当メニュー	<b>【敬老の日】</b> 	<b>◆ポン酢で食べる</b> アジフライ ハンバーグレトロソース・コーン 山くらげコリコリ煮 フキのおかか煮 ジャーマンポテトの マヨネーズ風味 エネルギー:475Kcal	<b>◆秋野菜のかき揚げ</b> 天つゆ 黒酢野菜炒め 手羽元ガーリック焼 茄子の胡麻だれ和え 韓国風ポテトサラダ エネルギー:458Kcal	<b>◆ビーフカレー</b> ーロイカフライのせ <b>NEW</b> ちくわのバター醤油炒め ゆで玉子・ケチャップ 鯖の塩焼 北海道かぼちゃクノーテル エネルギー:489Kcal	<b>【秋分の日】</b> 	<b>◆ホイコーロー丼</b> 紅生姜 若竹煮 タンドリーチキン 揚げ出し豆腐・生姜のせ マカロニ粒マスタードサラダ エネルギー:447Kcal
		<b>NEW</b> + うどんのペペロンチーニ (92 Kcal)	+ 納豆 (44 Kcal)	+ れんこんつくね (113 Kcal)		+ 海老千り (84 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。  
 朝晩毎に涼しくなり、秋の気配を感じるようになりました。  
 食欲の秋！店頭では韓国ブームの影響で、韓国食材が多く  
 陳列しているのを見かけます。そこで、今回は、韓国風メニューを  
 少し多く入れてみました。様々な味をお召しただけたらと思います。

### 【今回のお勧めメニュー】

- ◆ビビン麺(9/15・木曜日)  
甘辛いソースに麺を絡めた韓国風料理の一品です。
- ◆うどんのペペロンチーニ(9/20・火曜日)  
うどんをペペロン風味(ピリ辛ニンニク風味)で仕上げました。
- ◆竹輪のバター醤油炒め(9/22・木曜日)  
その名の通り、竹輪をバター醤油で炒めました。

※上記のメニューに、ライス普通盛り250g/393Kcalが付きます。(成分表の改訂により、カロリーが変更となりましたが、量は変更ありません。)

※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、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

ホームページを開設しました！  
 メニュー写真などご確認いただけます。  
<https://www.cook0141.com>  
 (PC・スマホ共通)



電話受付は  
**8:00~承ります。**  
 ご注文は9:30までお願い致します。