

# ~MENU~

お米は、100%千葉県産コシヒカリを使用しています。

	6月20日 月曜日	6月21日 火曜日	6月22日 水曜日	6月23日 木曜日	6月24日 金曜日	6月25日 土曜日
お弁当メニュー	<b>◆チーズソースin 南瓜の包み揚げ</b> 北海道産秋鮭西京漬焼 スパゲティサラダ レンコンの塩だれ炒め NEW 麻辣だれで食べる蒸し鶏 エネルギー:411Kcal	<b>◆ハムの天ぷら</b> <b>さつま芋天/丼たれ</b> 筍ととぼろの味噌煮 焼ビーフン ベーコンポテトバーグケチャップ 白菜の胡麻和え エネルギー:520Kcal	NEW <b>◆カレー塩唐揚げ</b> 秋田名物きいたんぽ風煮 牛肉のレモンだれ炒め 玉葱天・生姜のせ おくらの甘酢昆布和え エネルギー:504Kcal	<b>◆ビビンバーク</b> ごぼうと鶏の甘辛煮 大葉香るサクサク春巻 ゆで玉子・パセリ 照焼風パスタ エネルギー:466Kcal	<b>◆八宝菜</b> ピリ辛スタミナフライ 茄子のミートソース和え くわい入りつくね・たれ わさびもずくのわかめ和え エネルギー:409Kcal	<b>◆牛肉と野菜の スタミナ炒め・紅生姜</b> 揚げ出し豆腐 切干大根マリネ 玉こんにゃく 餅いな・絹さや エネルギー:404Kcal
	+ わらびもち黒糖 ( 80 Kcal)	+ うぐいす豆 ( 72 Kcal)	+ 冷しそば ( 87 Kcal)	+ 若草団子 ( 60 Kcal)	+ 明太子サラダ ( 85 Kcal)	+ ロール玉子 ( 81 Kcal)
	6月27日 月曜日	6月28日 火曜日	6月29日 水曜日	6月30日 木曜日	7月1日 金曜日	7月2日 土曜日
お弁当メニュー	<b>◆サックリメンチ</b> <b>テミソースがけ</b> 具沢山切昆布 ジャンボ焼売 ポークチャップ 高菜入りポテトサラダ エネルギー:542Kcal	<b>◆黒麻婆豆腐</b> 竹輪の味噌炒め 空豆たっぷりクリームフライ 粗挽きなんこつつくね 味付めかぶ エネルギー:469Kcal	<b>◆大きな サックリコロケ</b> 春雨と豚のピリ辛炒め ロールキャベツマト煮 わさびクリームドレ和え 豚ロースキムチ焼 エネルギー:557Kcal	<b>◆揚げ餃子</b> <b>チリソース野菜あんかけ</b> 鶏の黒胡椒焼 ソース焼きそば・青のい 生 酢 茄子生姜煮 エネルギー:464Kcal	<b>◆キーマカレー</b> <b>福神漬・グリーンピース</b> 駿河湾産 桜海老クリーミーコロケ 目玉焼・ケチャップ 春雨中華サラダ 炒り豆腐 ビスケット エネルギー:533Kcal	<b>◆韓国風フルコギ</b> <b>花かま</b> 牛肉青唐辛子炒め トマトペネサダ カップグラタン おろしポン酢で食べる たこ焼き エネルギー:382Kcal
	+ 梅ごぼう ( 34 Kcal)	+ バジルとチーズサラダ ( 27 Kcal)	+ かけておいしい玉子 ( 55 Kcal)	+ からしきくらげ ( 49 Kcal)	+ イカのみいん焼 ( 59 Kcal)	+ しぼわかめ ( 24 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。

今年もはや半年が過ぎようとしており、  
時の早さを感じるこの頃です。

今回も、いろいろな味と見た目に変化のある

お弁当を皆様にご提供できるよう頑張っております！

是非、ご賞味ください。

### 【今回のお薦めメニュー】

◆麻辣だれで食べる蒸し鶏(6/20・月曜日)

中華風のごはんが進むメニューです。

◆カレー塩唐揚げ(6/22・水曜日)

大人気の唐揚げをカレー味にした新メニューです。



※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、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。