

OCTOBER

MENU

9.10 月

総合給食センター・弁当仕出し

千成食品(株)

NISSHIN
oilio
“植物のチカラ”吸油が少ない
フライ油

で揚げています



担当

食事はおいしく、楽しく、そして心ゆたかにいただきたいもの。当社は、季節やお客様のご要望に合わせて総菜を変えたり、味付けに工夫を凝らしたおいしいランチタイムのひとつを演出します。
お一人お一人の「ごちそうさまでした。」の笑顔に逢いたくて私たちは腕によりをかけたおいしさをお届けします。

9/28 月 若鶏とり天 レンコン天 ソーセージとキャベツのソース炒め たらこスパゲティ ハムとカリフラワーのマスタードサラダ 白菜ときくらげの白湯炒め 熱量/492kcal	29 火 生姜風味のチキンカツ 鰯の和風エスカベージュ あんかけ餃子 ひじきの煮物 切干大根とさつま揚げ煮 熱量/436kcal	30 水 ハンバーグランチ トマトソースハンバーグ ごま油香る塩じゃがコロッケ スパゲティボンゴレ ちくわといんげん炒め 小松菜と油揚げの煮びたし 熱量/569kcal	10/1 木 麻婆豆腐 やわらかイカ天 鶏ごぼうさつま ホッケの塩焼 レンコンのり塩炒め 熱量/396kcal	2 金 てづくりヒレカツ 出汁がおいしい玉子とじ チヂミ 中華春雨サラダ ピーマンとこんにゃくのピリ辛炒め煮 熱量/471kcal	3 土 酢豚 いわしの生姜煮 おくらとワカメ和え 熱量/442kcal
5 月 三角ハムカツ 野菜コロッケ 和風カレー 大豆と昆布の煮付 三色野菜の和風和え 熱量/500kcal	6 火 香ばし醤油の野菜炒め パリパリ春巻き ニシンの塩焼き 根菜煮 ピーマンのナムル 熱量/441kcal	7 水 一番人気! のり唐めんたい弁当 タルタルソースパック添え ソース焼そば きんぴらごぼう 明太子と味付けのり 熱量/577kcal	8 木 イカしそチーズカツ 肉団子のクリーム煮 ナスのみぞれ煮 もやしと青菜のナムル いんげんとコーンのごま和え 熱量/413kcal	9 金 おすすめ おいしいから揚げ カレーパスタ じゃがいもキッシュイタリアンソース 切干大根煮 白滝洋風炒め 熱量/536kcal	10 土 大豆と野菜のトマト煮込み オムレツ和風きのこソース お楽しみフライ 熱量/409kcal

9月30日(水)とっても食べやすい**トマトソースハンバーグ**です。10月7日(水)不動の一番人気**オリジナルのり唐めんたい弁当**です。10月9日(金)お肉の旨味がしっかり**から揚げ**と**カレーパスタ**のコラボ★

※当店のメニューは専属栄養士により、成人が一日に必要な野菜の1/3(120g)を手作りの副菜で摂取できるよう構成しています。



●食中毒防止のご協力のお願い

当社も安全性には十分気を付けておりますが、直射日光の当たらない涼しい場所で保管をし、配達当日の午後一時までにお召し上がりください。仕入れの都合により内容を変更することがあります。

表中のカロリーにはライスが含まれていません