NOVIEMBER

MENU 11月

総合給食センター・弁当仕出し

千成食品㈱

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ときを演出します。
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。

NISSHIN oillio 植物のチカラ
吸油が少ないフライ油で揚げています ヘルシオ

新米になりました








11/9 月
チキンステーキイタリアンソース
のり塩イカフライ
高菜明太スパゲティ
大根と干しエビの中華煮
春菊とわかめの旨塩和え
熱量/543kcal

10 火
香ばし醤油の野菜炒め
胡麻ささみカツ
鯖の塩焼き
ひじきとほうれん草の胡麻和え
わかめと紅生姜のナムル
熱量/504kcal

11 水 一番人気！
のり唐めんたい弁当
自家製タルタルソース
きんぴらごぼう
ソース焼きそば
めんたいこと味付けのり
熱量/577kcal

12 木
チーズ入りコロッケ
たぬき豆腐
野菜と海老のおつまみ天と根菜煮
ソーセージともやし炒め
ブロッコリーおひたし
熱量/480kcal

13 金
おいしい鶏の竜田揚げ
担々春雨
たけのこと菜の花煮
ピーマンとちくわのおかか煮
旨辛生姜昆布
熱量/482kcal

14 土
やわらかイカ天とさつまいも天
挽肉と油揚の玉子とじ
山芋焼
熱量/420kcal








16 月
厚切りハムカツ
野菜コロッケ
スパイシーカレー
五品目の切り昆布煮
ブロッコリーサラダ
熱量/499kcal

17 火
ビーフシチュー
3種きのこのクリーミィフライ
ペペロンチーノ
五目切干煮
レンコンきんぴら
熱量/485kcal

18 水
黄身がとろーりメンチカツ
じゃが芋とカリフラワーの煮物
彩野菜ステーキ
ひじきと麩の煮物
白菜ときくらげの洋風炒め
熱量/484kcal

19 木
イカとキャベツの白湯炒め
たっぷりカレーベーコンフライ
揚げ出し豆腐 和風あん
竹の子とちくわのきんぴら
いんげんとコーンのごま和え
熱量/472kcal

20 金 ハンバーグデー
おろしハンバーグ
贅沢たらこフライ
洋風根菜煮
和風スパゲッティサラダ
たけのこ旨煮
熱量/463kcal

21 土
しゅうまい2種類
かぼちゃのそぼろあんかけ
お楽しみフライ
熱量/385kcal

今回の2週間メニューは実りの秋スペシャルウィークです♪
一番人気ののり唐めんたい弁当の他、バラエティ豊かな主菜と
体が喜ぶ手づくり惣菜を心を込めてお届けいたします！
※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は含まれていません