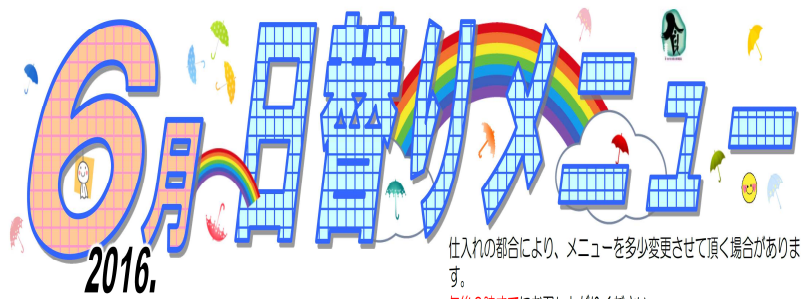


6月の昼食注文弁当献立 (お弁当代 390円)



仕入れの都合により、メニューを多少変更させて頂く場合があります。
午後2時までにお召し上がりください。

1 水 ダブルメンチカツ きのこバター醤油スパゲティ レンコン梅肉和え 873kcal	2 木 ササミカレー天 キャベツ卵ソテー 大豆のトマト煮 849kcal	3 金 トンカツ卵とじ 春雨塩ダレ炒め カッパポテトサラダ 867kcal
6 月 タラマヨハンバーグ&白身フライ 焼ビーフン 849kcal	7 火 手作り鶏の竜田揚げ ワカメと椎茸さっと煮 881kcal	8 水 豚肉焼き肉 豆腐とひじきのうま煮 853kcal
9 木 自家製チキン南蛮 山菜おろし和風スパゲティ 887kcal	10 金 天ぷら盛合せ 大根と大根葉のうま煮 インゲンとクワイコマ和え 807kcal	
13 月 北海道産コロッケ&鶏竜田揚げ 彩り野菜炒め ワカメ玉ねぎ卵とじ 839kcal	14 火 カニ玉チャンポン麺 ササミ唐揚げ 829kcal	15 水 豆腐IN親子丼 メンチカツ 809kcal
16 木 イカ天タラマヨソース 豆腐ときのこの卵とじ インゲンごまサラダ 839kcal	17 金 大好評 BIGサイズ2個付 手作り鶏の唐揚げ チャブチェ 877kcal	
20 月 ハムカツ&アジフライ キャベツともやし卵ソテー 891kcal	21 火 海老かき揚げ 天☆丼 ゴーヤ春雨ソテー 901kcal	22 水 鴨肉野菜炒め&卵焼 イカカツ 842kcal
23 木 エビフライ&チキンカツ ~オーロソース~ ほうれん草コンソメソテー 879kcal	24 金 鶏肉の磯辺天 根菜煮 862kcal	
27 月 白身フライ&イカフライ ~わさびタルタルソース~ カレー風味☆炒り豆腐 わかめゴマ酢和え 879kcal	28 火 北海道産菜の花クリームコロッケ&鶏唐揚げ 野菜たっぷりポトフ 881kcal	29 水 鯖フィッシュ焼&特製肉じゃが 大根のうま煮 851kcal
30 木 BIGハンバーグ ~照りあんかけ~ フライ 春雨バター醤油ソテー 869kcal		

※お米は国産を使用しています。

お申し込みは ICHIBAN
TEL: 075-681-7544 FAX: 075-682-540

6月ヘルシーメニュー 2016.

1 水 海の幸！海鮮豆腐煮 小松菜七味和え 638kcal	2 木 カレーの天ぷら☆和風オニオンソースかけ もやしの梅ゴマ和え 659kcal	3 金 スパイシー！鶏のカレーパン粉焼き カリフラワーサラダ 641kcal
6 月 親子丼 ゴーヤのマカロニツナサラダ 631kcal	7 火 豆腐ハンバーグ きのことあんかけ ポトフ炒め 638kcal	8 水 ササミ竜田のタラマヨソース キャベツとベーコンのソテー 647kcal
9 木 和風弁当 十五穀米	10 金 さっぱり食べやすい！ グリルチキン 大根おろしソース オクラのわさび和え 635kcal	
13 月 鶏竜田 炒り豆腐 650kcal	14 火 天ぷら盛合せ 肉じゃが かにみそあんかけ 658kcal	15 水 油淋鶏 ペンネパスタソテー 644kcal
16 木 ハンバーグ☆山菜おろしソース 春雨サラダ 657kcal	17 金 コロッケ☆トマトソースかけ~ 豚肉カレー醤油炒め 691kcal	
20 月 大豆たっぷり！カップカレー もやしとミンチのうまみ炒め 651kcal	21 火 香ばし♪鶏のハーブ焼き ツナとこんにゃくのゆめ物 646kcal	22 水 白身フライ☆ツナソース 大根と豚肉のうま煮 639kcal
23 木 ふんわりカニ玉甘酢あん 鶏じゃが 624kcal	24 金 爽やか！レモン風味海鮮炒め メンチカツ チャーハン 643kcal	
27 月 鶏ゴマみそ照り焼き ポトフ 644kcal	28 火 カレー レモンタルタルをかけて~ ジャーマンポテト 637kcal	29 水 豚肉と野菜カレー炒め 小松菜と竹の子のたいだん 637kcal
30 木 みんな大好き♪ささみ唐揚げ 塩ダレ野菜炒め 637kcal		

※お米は国産を使用しています。

【注文方法】
中学校屋食予約システム <http://kyotanabe-lunch.eigyo.co.jp/>
<1> 登録 利用者登録を行います。
<2> 支払い ... クレジットカードやコンビニエンスストアを利用し、あらかじめ一定食数の料金を先にお支払いいただきます。
<3> 注文 当日の午前8時まで注文受付しています。
ただし、ヘルシーメニュー及び副食温めサービスを希望される場合は、前日（ただし、前日が土日祝日の場合は、その前日）午後5時までに注文してください。