

5月 < May >

MENU一覽

(株)あづま給食センター TEL: 03-3697-0920 FAX: 03-3697-0999



月	火	水	木	金	土
5月1日	2	3	4	5	6
ヒレカツ 焼魚: ホッケの塩焼き 玉子豆腐 もやしのソテー	豚肉しょうが焼き 野菜コロッケ 肉野菜炒め 切干大根の甘辛煮	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	休み
506.8Kcal 28.1g 3.4g	424.8Kcal 26.2g 5.1g				
8	9	10	11	12	13
ハンバーグステーキ イカフライ&コロッケ 明太春雨サラダ ひじきと大豆のうま煮	チキングリル(マスタード) しそ巻き棒ギョーザ 豚肉とキャベツの味噌炒め 刻み昆布の甘辛煮	牛肉と焼き豆腐のすき煮 サバの照り焼き 竹輪と野菜の天ぷら モヤシと人参のナムル	のり弁 サワラの西京漬焼き 牛肉コロッケ ポテトサラダ(サウザン)	自家製オムレツ 厚切りハムカツ 肉野菜炒め 刻み昆布と油揚げの煮付	チキングラタン サーモンフライ チンジャオロース サラダ
471.6Kcal 19.6g 3.1g	443.4Kcal 17.6g 3.1g	462.5Kcal 22.5g 3.1g	494.1Kcal 30.4g 3.4g	343.3Kcal 14.6g 3.5g	406.7Kcal 14.1g 3.1g
15	16	17	18	19	20
鶏肉の照焼き キーマカレークノーデル 水ギョーザ 里芋とコンニャクの煮付	豚肉のケチャップ照焼き パリパリ春巻き チキンナゲット 牛肉と大根の甘辛煮	自家製豚カツ ビーフカレー 赤魚の塩焼き イタリアンサラダ	肉団子の甘酢あんかけ 焼魚: ホッケの塩焼き ハンバンジー(ゴマダレ) モヤシのオイスター炒め	鶏肉と野菜のトマト煮 天ぷら: かき揚げ 春雨サラダ ゼンマイと油揚げの煮付	肉天 サバの照焼き ゴボウサラダ ナスのみそ炒め
478.1Kcal 18.9g 2.8g	456.9Kcal 26.3g 5.1g	456.7Kcal 14.1g 3.1g	361.4Kcal 18.9g 3.7g	467.2Kcal 22.5g 3.2g	499.1Kcal 21.2g 3.2g
22	23	24	25	26	27
竹の子御飯 チキンカツ 焼魚: ブリの照焼き 肉野菜炒め	ドミグラスハンバーグ ズワイガニクリームコロッケ ポテトサラダ ひじきと竹輪の煮付	豚肉と野菜の甘酢あん カジキの照焼き モヤシとほうれん草ナムル 切干大根の甘辛煮	鶏肉の唐揚げ ニシンの味噌焼き 五目煮 ペペロンチーノ	ベーコンポテトグラタン メンチカツ チンジャオロース キュウリとワカメの酢物	鶏肉の玉子とじ 天ぷら 野菜炒め 和風サラダ
494.6Kcal 29.1g 4.3g	483.25Kcal 17.4g 3.6g	494.6Kcal 29.1g 4.4g	472.7Kcal 25.1g 4.2g	447.1Kcal 29.4g 3.7g	458.6Kcal 17.2g 3.2g
29	30	31		4月28日	4月29日
牛肉の冷しゃぶ(ゴマダレ) サバの照焼き ホタテ風味かつ サツマイモの甘辛煮	チキンカレー サーモンフライ チーズオムレツ マカロニサラダ	厚揚げの麻婆風 メバルの照焼き 塩焼きそば&春巻き ハスの金平煮	...	鶏肉の唐揚げ サバの照焼き 肉野菜炒め イカと大根の煮付	昭和の日
497.6Kcal 20.3g 3.9g	483.8Kcal 17.1g 3.2g	493.9Kcal 26.4g 4.5g		464.95Kcal 24.94g 3.7g	

○ご注文はA.M 9:30
までをお願い致します。

○副食(おかず)の
容器は電子レンジで
使用しないで下さい。

○食品衛生上、
P.M 1:00までに
お召し上がり下さい。

○弁当箱を灰皿として
使用しないで下さい。

○仕入の都合上、一部
変更になることが
ございます。

○弁当箱は当日返却で
お願いします。翌日以降
になる場合は、軽く
洗って下さいませ様
お願い致します。

★カロリーを表示
してありますが、お
かずのみのカロリー
です。ライスのカロ
リーは420Kcal
(普通ライス)です。
半ライス280Kcal
です。