

12月 < December > 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
12月2日	3	4	5	6	7
ストロガノフ風ハンバーグ エビフライ&コロケ 肉野菜炒め 切干大根の柚子胡椒サラダ 396.1Kcal 16.7g 3.6g	チキンティッカ(カレー風味) 春巻き&シュウマイ ペンネアラビアータ 刻み昆布と油揚げの煮付 395.2Kcal 19.6g 3.7g	チーズ二層メンチカツ 挽肉と焼き豆腐のマーボ風 ニシン味醂焼き インゲンの胡麻和え 383.1Kcal 14.6g 3.8g	自家製肉天:玉子添え サバのコチュジャン焼き ジェノベーゼパスタ もやしと小松菜のナムル 391.1Kcal 12.5g 3.3g	ムサカ(ナスグラタン) 味わいチキンカツ 玉子豆腐 ひじきと油揚げの煮付 404.9Kcal 14.4g 3.7g	自家製ヒレカツ かに玉 肉野菜炒め サラダ 416.7Kcal 12.6g 2.1g
9	10	11	12	13	14
五目炊き込み御飯 サワラの西京漬焼き 牛肉コロケ 春雨サラダ(マヨネーズ) 405.1Kcal 20.1g 3.9g	ポークソテー野菜添え ランチグラタンコロケ 野菜炒め 切干大根とハスのうま煮 403.3Kcal 14.5g 3.2g	鶏肉の唐揚げ甘酢あん ホッケの塩焼き ペペロンチーノ 厚揚げとサトイモの煮付 390.8Kcal 22.6g 3.9g	ハンバーグ:ザンガラソース カニ足フライ&コロケ 明太子マカロニサラダ 大根とさつま揚げの照煮 396.3Kcal 17.4g 3.3g	自家製豚カツ ビーフカレー プレーンオムレツ インゲンの胡麻和え 405.7Kcal 20.5g 3.2g	チキンヴォルオヴァン風 バンガシウス(白身)のフライ 五目煮 ジャーマンポテト 402.8Kcal 12.5g 2.9g
16	17	18	19	20	21
特選ヒレカツ 特選黒ムツの照焼き 豚肉とキャベツのオイスター炒め ワカメとカニカマの酢物 401.1Kcal 20.6g 2.9g	チキンの香草焼き タラの唐揚げチリソースがけ 筑前煮 白菜と小松菜のお浸し 393.8Kcal 20.6g 3.5g	牛肉と焼き豆腐のすき煮 焼魚:赤魚の塩焼き 天ぷら(竹輪天) モヤシの甜麺醤炒め 415.4Kcal 23.1g 3.3g	自家製肉団子甘酢 モダン平焼き(お好み焼き風) ペンネアラビアータ ゼンマイと竹の子の甘辛煮 427.9Kcal 24.5g 4.5g	豚肉のはちみつ照焼き きたあかりコロケ ジェノベーゼパスタ コンニャクとがんものうま煮 394.6Kcal 18.3g 3.6g	自家製肉天 トルティージャ ホイコーロー サラダ 399.1Kcal 20.2g 3.2g
23	24	25	26	27	28
デミグラス煮込ハンバーグ サーモンフライ プレーンオムレツ 切干大根とゴボウの甘辛煮 401.6Kcal 19.9g 3.8g	鶏の唐揚げ:カポナータ風 焼魚:サバの照焼き マカロニサラダ 野菜炒め 394.8Kcal 13.7g 3.7g	静岡産豚肉特選メンチカツ ビーフカレー 目玉焼き ワカメと人参の酢物 399.3Kcal 21.4g 3.4g	グラティネ(鶏肉とカボチャ) 特選アジフライ タラコスパソテー インゲンの胡麻和え 401.8Kcal 19.5g 3.3g	ヒレカツ メバルの照焼き 春雨サラダ ひじきと油揚げの煮付 402.8Kcal 12.5g 2.9g	冬期休暇
30	31	...	11月28日	11月29日	11月30日
冬期休暇	冬期休暇		鶏の唐揚げチリソース アジの塩焼き 厚揚げとコンニャクのうま煮 春雨サラダ 406.8Kcal 24.1g 3.4g	メンチカツ ブリの照焼き ジェノベーゼパスタ ワカメと人参の酢物 394.8Kcal 26.2g 3.1g	肉天 トルティージャ 回鍋肉 サラダ 381.9Kcal 20.3g 3.9g

○ ご注文はA.M 9: 30
までにお願ひ致します。

○ 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
お願ひ致します。

★ 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。