



とうも 4月MENU 2020



とうも 東毛給食センター

群馬県邑楽郡大泉町大字古水22-20 TEL 0276 (62) 4181
http://www.tomo-kyusyoku.com/ FAX 0276 (62) 7251

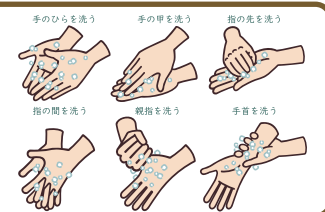


群馬県食品衛生管理協議会
ISO 9001 認証施設

ヘルシーランチ Healthy Lunch			上 弁 Highrank Lunch			とうもスペシャルランチ Special Lunch			とうもランチ Standard Lunch			夕食 Dinner															
ご注文は、前日15時までお願いいたします。	ご注文は、前日15時までお願いいたします。	ご注文は、前日15時までお願いいたします。	ご注文は、前日15時までお願いいたします。	ご注文は、前日15時までお願いいたします。	ご注文は、前日15時までお願いいたします。	ご注文は、当日9時までお願いいたします。	ご注文は、当日9時までお願いいたします。	ご注文は、当日9時までお願いいたします。	ご注文は、当日9時までお願いいたします。	ご注文は、当日9時までお願いいたします。	ご注文は、当日9時までお願いいたします。	食数変更は、当日10時までお願いいたします。	食数変更は、当日10時までお願いいたします。	食数変更は、当日10時までお願いいたします。													
1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
白身魚の南蛮焼	チキンソテー バジルトマトソース	麻婆野菜	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	ハンバーグ デミグラスソース	あじの唐揚げマリネ	マンダイのバジルオイル焼	ハ宝菜	銀鮭の塩焼	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	ハヤシライス	ぶりの照焼	鯖の味噌焼	「麦ご飯」 豚肉のごまタレ炒め	チーズオムレツ トマトソース	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	クリームシチュー	エビフライ	牛丼風煮	青梗菜としめじのあんがらめ	「ミニフランス」 チーズはんぺんフライ	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	黒鯛の味噌漬け焼	麻婆豆腐	オムレツ	青梗菜と肉団子の煮込み		
869	685	487		595	655	626	590	734		632	724	619	683	663		667	632	597	459	624		612	534	662	543		
2	2.9	2.2		2.2	2.1	1.9	2.2	2.8		2.6	2	2.8	2.6	2.3		2.2	2.6	2.8	2.4	2.9		1.9	2.4	2.5	2.4		
144	171	173		234	199	205	170	235		154	203	145	196	147		191	181	235	178	170		189	168	196	197		
1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
酢豚	牛丼風煮	豚キムチ	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	天ぷら盛り合わせ (かき揚げ・イカ天)	みそかつ	焼き鳥風	ハンバーグ デミグラスソース	麻婆豆腐	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	豚バラ大根	ささみ唐揚げ親子煮風	豚肉チリソース炒め	「麦ご飯」 ハッシュドビーフ	エビフライ	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	麻婆野菜	ホキのサムジャンマリネ	鶏ささみのチャーシュー風煮	チリ風味レッドカレー	豚丼風煮	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	ささみソテー 棒々鶏ソース	銀鮭の玉葱マリネ	ハヤシライス	鶏むねチキン南蛮炒め		
869	1,032	810		736	811	859	821	840		691	807	791	909	862		668	898	668	818	782		741	829	809	767		
4.7	4.5	3.6		2.7	4.0	4.6	4.2	5.0		2.7	4.6	3.5	5.1	4.0		3.4	2.7	5.1	4.4	3.2		5.0	4.1	3.9	4.0		
1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
餃子&青葱肉糸	トンカツ&昔なつかし給食カレー	銀鮭の塩焼&筑前煮	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	エビフライ&焼肉	ミックスグリル	天ぷら盛り合わせ &豚肉のポン酢炒め	キーマカレー 目玉焼添え 和風ラタトゥイユ	鶏のBBQソース &豚キムチ	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	モーカのピリマヨ焼 小松菜と豚肉の コチュジャン炒め	ハンバーグ ガーリックトマトソース 菜の花と筍の コロッセ	大判唐揚げ &豚肉の中華炒め	桜えびオムレツ &デミカツ	「麦ご飯」 シューマイ &回鍋肉	チキンカツ &ポークカレー	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	銀鮭のきのこ おろしソース &肉じゃが	酢鶏 &ニラまんじゅう	目玉焼ハンバーグ 野菜たっぷり フルコギ	チキン棒々鶏 ソース &肉の香味炒め	さわらかつ &鶏と野菜の バジル炒め	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	牛肉コロッセ &チキンカレー	豆腐ハンバーグ 和風あんかけ &とんかつ	チーズメンチカツ &鯖の味噌焼	ミックスフライ &牛丼風煮	
676	727	664		759	661	699	616	854		619	754	717	702	780	750		708	671	699	661	804		755	762	774	717	
4.2	2.9	3.4		3.1	3.7	2.5	2.9	3.9		3.2	4.5	3.0	2.4	3.5	4.3		3.4	2.2	4.6	2.6	2.7		4.0	3.4	3.3	2.0	
1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
ハムカツ	ハンバーグ トマトソース	かき揚げ &白身天ぷら	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	チキンソテー &トマトバジルソース	ハヤシライス &野菜コロッセ	さんまの塩焼 &玉子とじ煮	ミックスフライ	ハンバーグ カレーソース	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	ビーフカツ	八宝菜 &焼餃子 &ジャンボシューマイ	アジフライ	「麦ご飯」 ローストカツ &白身チヌ海苔 フライ &野菜春巻	ハンバーグ おろしソース	フライドチキン	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	ポークカレー &豚カツ	チキンソテー ねぎわさびソース	かき揚げ &かぼちゃ 天ぷら	白身魚フライ &チキン唐揚げ	BIGハンバーグ デミグラスソース	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	ハムカツ	唐揚げ	コロッセ	ハンバーグ チリソース	
628	863	581		551	627	727	725	693		511	626	567	564	756	626		699	583	545	682	678		629	861	663	852	
4.3	1.0	1.5		3.4	2.3	3.0	2.2	2.4		1.9	1.8	2.4	1.2	2.7	1.9		2.7	1.9	1.7	2.0	3.8		2.5	2.4	2.8	1.3	
1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
鶏肉の竜田揚 スパイシーソース	白身魚フライ ウィナー	デミハンバーグ	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	上州きょうざ 上州きょうざ 上州きょうざ	鯖の南蛮焼	豆腐ハンバーグ	チキンソテー	ハムカツ	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	銀鮭の塩焼	メンチカツ	ささみ天ぷら かぼちゃ天ぷら	ホッケの塩焼	豚肉コロッセ	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	鶏の塩焼	メンチカツ	ささみ天ぷら かぼちゃ天ぷら	ホッケの塩焼	豚肉コロッセ	アジフライ	土曜日に限り、営業時間は AM8:30~PM3:00までとさせていただきます。	ハンバーグ	おろしソース	白身魚フライ	カツ丼風	鯖の照焼
806	608	721		651	737	661	681	692		716	746	720	613	690	647		657	725	813	679	644		695	710	807	720	
4.0	2.0	3.1		4.3	3.0	2.9	2.7	3.2		3.1	4.0	2.8	2.6	4.5	3.1		2.3	3.2	3.4	3.1	3.6		2.5	3.1	4.4	2.7	



新型コロナウイルス等感染症予防の為に!
 食事をする前には、必ず手洗い・うがいをきちんとしましょう。
 その行動一つ一つが、皆様と皆様のご家族を感染症から守ります。



お願い! ◎ 食事をする前に必ず手を洗いましょう。
 ★ お弁当は陽の当たらない涼しいところに置き、昼食は13:30迄、夕食は20:00迄に、必ずお召し上がり下さい。衛生の為お持ち帰りをご遠慮下さい。
 万が一、お弁当に異変を感じましたら、食べずに至急センターにご連絡下さい。
 ● 材料の都合により献立の一部を変更することがあります。 ● 当センターのお米は国産米を使用しております。
 ● 揚げ油はキャノーラ油を使用しております。