



とうも 4月MENU 2021



東毛給食センター

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



ヘルシーランチ Healthy Lunch				アレルギー
ご注文は、前日15時までにお願いたします。				
1(木)	鶏肉の竜田揚げ ゆず塩(P)付	700	2.8	166
2(金)	麻婆野菜	611	2.1	169
3(土)	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。			
5(月)	牛丼風煮	567	1.9	212
6(火)	「麦ご飯」 千草玉子焼	678	2.5	183
7(水)	豚肉のチリソース炒め	684	2.2	228
8(木)	マンダイのタンドリー風	656	2.3	230
9(金)	青梗菜としめじのあんがらめ	564	2.1	225
10(土)	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。			
12(月)	ハヤシライス	633	2.8	149
13(火)	白身魚の南蛮焼	696	2.3	156
14(水)	豆腐ハンバーグ おろしソース	634	2.9	209
15(木)	ハ宝菜	489	2.9	168
16(金)	エビフライ	725	2.9	177
17(土)	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。			
19(月)	黒鯛の味噌漬焼	631	1.9	211
20(火)	「鶏ご飯」 チーズはんぺんフライ	699	2.9	187
21(水)	銀鮭の塩焼	754	2.9	244
22(木)	青梗菜とえび団子の煮込み	583	2.2	194
23(金)	麻婆豆腐	543	2.9	157
24(土)	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。			
26(月)	揚げ入りささみフライ	608	2.6	186
27(火)	あさりのシチュー	695	2.7	141
28(水)	「バターロール」 オムレツ	600	2.6	254
29(木)	豚肉のごまダレ炒め	724	2.9	162
30(金)	ぶりの生煮焼	615	2.8	202

とうもデラックスランチ Deluxe Lunch				アレルギー
ご注文は、前日15時までにお願いたします。				
1(木)	牛丼風煮	804	2.3	230
2(金)	豚ロースステーキ ねぎ塩ソース	887	3.4	230
3(土)	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。			
5(月)	黒鯛の味噌漬焼	756	3.1	230
6(火)	「麦ご飯」 チキンソテーマトソース	876	3.9	230
7(水)	ロースとんかつ	900	2.2	230
8(木)	鯛の南蛮焼	962	5.4	230
9(金)	白身魚の唐揚げ サムジャンマリネ	962	2.8	230
10(土)	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。			
12(月)	油淋鶏	1,033	3.3	230
13(火)	ミックスフライ (エビフライ・白身魚・鶏肉・チキン)	895	2.3	230
14(水)	豚ロースステーキ ハーベキューソース	829	3.8	230
15(木)	チキンカツの親子煮	802	3.4	230
16(金)	豚バラのスタミナ炒め	802	3.3	230
17(土)	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。			
19(月)	ハンバーグ おろしステーキソース	1,044	3.9	230
20(火)	「鶏ご飯」 ガーリックチキン	833	4.1	230
21(水)	豚肉の生煮焼	845	3.5	230
22(木)	白身魚の唐揚げ 中華マリネ	868	3.7	230
23(金)	唐揚げ	977	2.4	230
24(土)	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。			
26(月)	ポークチャップ	1,014	4.3	230
27(火)	鯛の味噌焼	920	5.3	230
28(水)	ジンジャーチキン	830	2.7	230
29(木)	テミカツ	802	2.5	230
30(金)	銀鮭 & 厚焼玉子	872	3.6	230

とうもスペシャルランチ Special Lunch				アレルギー
ご注文は、当日9時までにお願いたします。				
1(木)	厚切りソーセージカツ 昔ながら給食カレー	784	4.1	230
2(金)	ジャンボしゅーまい 野菜たっぷりブルコギ	701	4.4	230
3(土)	アジフライ & 筑前煮			
5(月)	4種のチーズインハンバーグ & チキンソテーマトソース	747	3.4	230
6(火)	「麦ご飯」 エビフライ & 野菜たっぷり焼肉	729	2.9	230
7(水)	銀鮭の塩焼 & 親子煮	782	3.7	230
8(木)	天ぷら盛り合わせ 豚キムチ	772	3.2	230
9(金)	豚肉の生煮焼 和風タタコ	692	3.0	230
10(土)	鯛の味噌焼 豚肉のボン酢炒め			
12(月)	肉じゃがコロケ ポークカレー	747	3.6	230
13(火)	酢豚 & シューマイ	738	2.3	230
14(水)	ソースチキンカツ 豚肉の中華炒め	673	3.4	230
15(木)	目玉焼ハンバーグ デミグラスソース	783	1.8	230
16(金)	ささみソテー ねぎ塩ソース	759	3.2	230
17(土)	ヒレカツ & イカカツ			
19(月)	ジャンボ焼餃子 回鍋肉	653	3.7	230
20(火)	「鶏ご飯」 鯛の南蛮焼 & 肉じゃが	754	3.8	230
21(水)	ビーフカツ 茄子のトマト煮	726	2.5	230
22(木)	ミックスグリル	710	3.9	230
23(金)	白身魚フライ 牛丼風煮	674	1.8	230
24(土)	モーカのピリマヨ焼 ポテトチャップ			
26(月)	ごま味噌チキンカツ 青梗菜炒め	684	2.9	230
27(火)	銀鮭の塩焼 鶏じゃがのガーリック甘煮	715	3.5	230
28(水)	かき揚げ & 白身天ぷら 梅しそ竜田揚げ	760	2.1	230
29(木)	エビカツ & 麻婆茄子	647	2.4	230
30(金)	豆腐ハンバーグ & 肉あんかけ 豚タンのメンチカツ	774	4.3	230

とうもランチ Lunch				アレルギー
ご注文は、当日9時までにお願いたします。				
1(木)	銀鮭の塩焼 豚肉のボン酢炒め	646	4.2	230
2(金)	ミックスフライ (カレー・ポテト・鶏肉・梅しそ竜田揚げ・エビカツ)	742	3.1	230
3(土)	テミハンバーグ			
5(月)	のり弁風			
6(火)	「麦ご飯」 鯛の照焼 & 厚焼玉子	731	2.4	230
7(水)	チキン唐揚げ	918	2.5	230
8(木)	ビーフカレー & ハンバーグ ケチャップ(P)付	605	3.2	230
9(金)	牛肉コロケ	628	2.1	230
10(土)	Bigとんかつ			
12(月)	ささみソテー トマトソース	580	2.3	230
13(火)	おろしハンバーグ	734	2.8	230
14(水)	麻婆茄子 & 小籠包	651	2.6	230
15(木)	Bigメンチカツ			
16(金)	厚切ハムカツ	646	2.8	230
17(土)	チキンソテー 梅々鶏ソース			
19(月)	ごぼうのかき揚げ & イカ天	628	1.6	230
20(火)	「鶏ご飯」 アジフライ	618	2.3	230
21(水)	チリソースハンバーグ	708	3.4	230
22(木)	インド風スパイスカレー チーズフライ	651	2.7	230
23(金)	豚肉の味噌漬焼 野菜コロケ	691	2.3	230
24(土)	おつきなチキンカツ			
26(月)	麻婆豆腐 ジャンボしゅーまい	621	2.8	230
27(火)	ミックスフライ (イカキャベツカツ・大葉春巻・鶏天)	685	2.7	230
28(水)	鯛の照焼 豚肉の香味炒め	658	2.0	230
29(木)	カレーソース ハンバーグ	918	3.8	230
30(金)	チキン唐揚げ マヨネーズ(P)付	884	2.0	230

夕食 Dinner				アレルギー
食数変更は、当日10時までにお願いたします。				
1(木)	豚肉の生煮焼 二郎まんじゅう	679	3.4	230
2(金)	カルビ風メンチカツ 干草卵焼	693	3.5	230
3(土)	牛丼風煮 ホッケの塩焼	617	5.0	230
5(月)	唐揚げ マヨネーズ(P)付	715	2.9	230
6(火)	豚ロースステーキ ねぎ塩ソース	704	2.9	230
7(水)	ごま油香る塩じゃがコロケ タコス風オムレツ	626	3.1	230
8(木)	回鍋肉 & エビカツ	694	3.5	230
9(金)	ハンバーグ シャリアピンソース	739	3.0	230
10(土)	チキンビーンズ アジフライ			
12(月)	豆腐ハンバーグ ヒレカツ	729	2.9	230
13(火)	白身魚フライ ポテトチキンロール	693	2.5	230
14(水)	豚バラ肉の角煮風 竹輪の天ぷら	741	3.3	230
15(木)	鯛の南蛮焼 豚肉の韓国風炒め	838	3.1	230
16(金)	ジャンボ焼餃子 ヒリ辛味噌だれ	742	3.7	230
17(土)	青梗菜炒め & チキンカツ			
19(月)	イカキャベツカツ 大葉春巻	627	2.8	230
20(火)	銀鮭の塩焼 椎茸海鮮揚げ	745	4.1	230
21(水)	酢豚 ジャンボしゅーまい	840	3.0	230
22(木)	ヒレバ 厚切りソーセージカツ	706	2.7	230
23(金)	エビフライ & 親子煮			
24(土)	スタミナ金平 タンポウチキン			
26(月)	とんかつおろしソース			
27(火)	チキンソテー 梅々鶏ソース	689	3.1	230
28(水)	4種のチーズインハンバーグ トマトバジルソース	768	3.1	230
29(木)	黒鯛の味噌漬焼 豚肉のボン酢炒め	695	2.4	230
30(金)	肉じゃがコロケ ポークカレー	717	3.0	230

**4/5(月)より
お祝いメニュー**

保存料等を使用しておりませんので、**13時30分**までにお召し上がり下さい。
ご注文は、**前日の15時**までにお願いたします。
※当日の変更はお受け出来かねますのでご了承下さい。

おまかせランチ

655円 (原材料の一部に小麦、そば、卵を含む)

天麩揚げうどん & 太巻

594円 (原材料の一部に小麦、そば、卵を含む)

水切りきゅうり & 豆腐の味噌汁

875円 (原材料の一部に小麦、そば、卵を含む)

おまかせランチ

547円 (原材料の一部に小麦、そば、卵を含む)

海老天そば & いなり

664円 (原材料の一部に小麦、そば、卵を含む)

おろしうどん & わかめごぼう

525円 (原材料の一部に小麦、そば、卵を含む)

**新型コロナウイルス等
感染症予防の為に!**

食事を摂る前には、必ず手洗い・うがい
をきちんとしましょう。
その行動の一つが、皆様と皆様
のご家族を感染症から守ります。

◎食事を摂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。衛生の為に持ち帰りはご遠慮下さい。

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。
●アレルギー特定原材料7品目(小麦・そば・卵・牛乳・鶏卵・豚肉・魚)を表示しております。その他のアレルギーに関しましては、お問い合わせください。