



とも 5月MENU 2021

ヘルシーランチ Healthy Lunch [アレルギー] 小児用 ご注文は、前日15時までをお願いいたします。	ともうデラックスランチ Deluxe Lunch [アレルギー] 小児用 ご注文は、前日15時までをお願いいたします。	ともうスペシャルランチ Special Lunch [アレルギー] 小児用 ご注文は、当日9時までをお願いいたします。	ともうランチ Lunch [アレルギー] 小児用 ご注文は、当日9時までをお願いいたします。	夕食 Dinner [アレルギー] 小児用 食数変更は、当日10時までをお願いいたします。
--	---	---	--	---

誠に勝手ながら5月1日(土)~5月5日(水)はお休みとさせていただきます。 連休前の数日間につきましては夕食の食器が使い捨て容器になる場合もございますので、ご了承の程お願い申し上げます。

6(木) エビフライ 649 2.9 252 小児用 7(金) 鯖の照焼 761 2.2 150 小児用 8(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。 10(月) 銀鮭の塩焼 747 2.3 164 小児用 11(火) ハ宝菜 570 2.6 144 小児用 12(水) ハンバーグデミグラスソース 669 2.4 218 小児用 13(木) 「五目ご飯」マンダイのもちみ焼 591 2.7 204 小児用 14(金) ハヤシライス 601 2.5 202 小児用 15(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。 17(月) 鶏肉の竜田揚 680 2.1 189 小児用 18(火) 青野菜としめじのあんがらめ 517 2.4 256 小児用 19(水) 麻婆野菜 595 2.5 164 小児用 20(木) ぶりの生巻焼 688 2.9 181 小児用 21(金) 白身魚のマリネ 649 2.3 185 小児用 22(土) 5月24日(月)より、ヘルシーランチが主食になります。 24(月) 黒鯛の味噌漬焼 666 2.8 142 小児用 25(火) 豚肉のチリソース炒め 627 2 137 小児用 26(水) 「麦ご飯」白身魚の照焼 578 2.9 131 小児用 27(木) あさりのシチュー 570 2.9 188 小児用 28(金) 「ライ麦パン」チキンステーキマッシュルームソース 566 2.9 141 小児用 29(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。 31(月) チーズはんぺんフライ 699 2.2 176 小児用	6(木) ハンバーグデミグラスソース 831 3.6 小児用 7(金) 黒鯛のみぞ漬焼 788 2.6 小児用 8(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。 10(月) 油淋鶏 988 4.1 小児用 11(火) 白身魚の唐揚サムジャンマリネ 878 2.4 小児用 12(水) 豚口ソースねぎ塩ソース 777 2.9 小児用 13(木) 「五目ご飯」ミックスフライ(エビフライ・アジフライ・メンチカツ) 972 3.5 小児用 14(金) ガーリックチキン 927 3.6 小児用 15(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。 17(月) ポークチャップ 944 3.9 小児用 18(火) チキンカツ御用酢添え 705 3.8 小児用 19(水) 白身魚のソテー トマトソース 985 3.1 小児用 20(木) ジンジャーチキン 821 3.6 小児用 21(金) フルコギ 987 2.8 小児用 22(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。 24(月) ハンバーグおろしソース 812 3.4 小児用 25(火) 豚肉の生巻焼 767 2.8 小児用 26(水) 「麦ご飯」銀鮭の塩焼・厚焼玉子 826 5.9 小児用 27(木) 白身魚の唐揚中華マリネ 888 2.0 小児用 28(金) ロースとんかつ 829 2.3 小児用 29(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。 31(月) チキンソテー デミグラスソース 816 3.1 小児用	6(木) ジャンボシューマイ 742 3.4 小児用 7(金) チキン竜田揚げ 野菜たっぷり焼肉 708 1.8 小児用 8(土) アジフライ ポテトチャップ 684 2.4 小児用 10(月) ごま油香る塩じゃがコロッケ 青唐肉絲 694 3.8 小児用 11(火) 二色チキン 豚肉のボン酢炒め 686 3.3 小児用 12(水) やわらかウズとんかつ 昔なつがし給食カレー 765 2.6 小児用 13(木) 「五目ご飯」銀鮭の塩焼と鶏肉の香味炒め 691 4.4 小児用 14(金) 天ぷら盛り合わせ 和風ラタトゥイユ 832 2.2 小児用 15(土) モーカのマヨネーズ焼 牛丼風煮 691 3.1 小児用 17(月) エビカツ 野菜たっぷりフルコギ 808 3.4 小児用 18(火) 豚肉の味噌漬焼と親子煮 684 3.4 小児用 19(水) アジ竜田葱ダレ 鶏じゃがのガーリック甘辛煮 695 3.4 小児用 20(木) ソースチキンカツと豚キムチ 690 2.8 小児用 21(金) ミックスグリル 674 2.6 小児用 22(土) ヒピンバ&ハムカツ 658 3.2 小児用 24(月) ささみソテーねぎ塩ソース スタミナ金平 683 2.9 小児用 25(火) ホキのサウザンマリネ 豚肉の中華炒め 772 2.2 小児用 26(水) 「麦ご飯」ビーフメンチカツ&ポークカレー 745 3.5 小児用 27(木) 酢豚&シューマイ 707 2.2 小児用 28(金) 鯖の南蛮焼&肉じゃが 698 4.0 小児用 29(土) チキン南蛮 小籠菜と豚肉のチヂミ炒め 728 3.7 小児用 31(月) ハンバーグデミグラスソース 茄子のトマト煮 786 3.0 小児用	6(木) ミックスフライ (鶏フライ・白身魚フライ・イカフライ) 625 2.0 小児用 7(金) おろしソースハンバーグ 925 3.0 小児用 8(土) チキンソテーねぎ塩ソース 658 2.1 小児用 10(月) 麻婆豆腐&2色餃子 606 2.3 小児用 11(火) 厚切ハムカツ 650 2.5 小児用 12(水) 鯖の照焼&肉じゃが 698 2.8 小児用 13(木) 「五目ご飯」チキン唐揚げ南蛮ソース 964 3.9 小児用 14(金) テミハンバーグ 700 3.5 小児用 15(土) 牛肉コロッケ 686 2.0 小児用 17(月) ハ宝菜&フチ肉まん 570 2.5 小児用 18(火) Bigメンチカツ 679 2.6 小児用 19(水) チキンステーキ(塩胡椒味) 617 2.1 小児用 20(木) トマトのビーンズカレー ハンバーグチャップ(P)付 618 3.0 小児用 21(金) 白身魚フライ&野菜春巻 619 2.3 小児用 22(土) ささみソテー韓式鶏肉ソース 619 3.2 小児用 24(月) 麻婆茄子 グラタン風フライ 620 2.4 小児用 25(火) 銀鮭の塩焼 豚肉の中華炒め 640 2.7 小児用 26(水) 「麦ご飯」豚肉の味噌漬焼&ごま油香る塩じゃがコロッケ 741 2.8 小児用 27(木) チキンソテー ねぎわさびソース 689 2.0 小児用 28(金) アジフライ 591 1.8 小児用 29(土) おつきなチキンカツ 676 2.2 小児用 31(月) ミックスフライ (イカマヨネーズ・ささみりん・エビフライ) 727 1.5 小児用	6(木) チキンパン粉焼 チキンステーキ 742 3.2 小児用 7(金) 銀鮭の塩焼 竹輪天 781 3.1 小児用 8(土) 春巻 チキンナゲット 666 5.1 小児用 10(月) テミハンバーグ 672 3.1 小児用 11(火) 肉じゃが 黒鯛の味噌漬焼 685 2.8 小児用 12(水) ヒピンバ&白身魚フライ 728 3.6 小児用 13(木) チキンソテー韓式鶏肉ソース 718 3.2 小児用 14(金) カツ丼風 811 3.5 小児用 15(土) 青唐肉絲&イカカツ 689 2.4 小児用 17(月) ハムカツ&ポークカレー 699 3.4 小児用 18(火) 銀鮭の塩焼 きのごろしソース 781 3.2 小児用 19(水) 餃子味噌だれ&ハ宝菜 762 3.7 小児用 20(木) ホキの唐揚中華マリネ 707 2.3 小児用 21(金) 回鍋肉&シューマイ 758 2.5 小児用 22(土) ポテトチャップ&アジフライ 608 3.3 小児用 24(月) エビフライタルソース(P)付 748 3.0 小児用 25(火) オムレットマトソース 鶏肉の香味炒め 724 3.7 小児用 26(水) 鶏の竜田揚バーベキューソース 779 3.8 小児用 27(木) ヒッグメンチカツ 681 2.7 小児用 28(金) 豚肉の生巻焼 624 2.8 小児用 29(土) さんまの塩焼 ハムチーズフライ 907 3.3 小児用 31(月) 味噌チキンカツ 788 2.5 小児用
---	---	---	--	--

4/5日より販売開始
新しいお弁当
 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時までをお願いいたします。
 ※当日の変更はお受け出来かねますのでご了承下さい。

- 🍲 **きのことろろそば&そばろ丼** 655 (原材料の一部に小麦、そば、卵を含む)
- 🍲 **天麩揚げうどん&太巻き** 694 (原材料の一部に小麦、卵を含む)
- 🍲 **水餃子** 675 (原材料の一部に小麦、卵を含む)
- 🍲 **サラダうどん&おにぎり** 547 (原材料の一部に小麦、卵を含む)
- 🍲 **海老天そば&いなり** 644 (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** 625 (原材料の一部に小麦を含む)

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(えび・かに・小麦・そば・卵・落花生)を表示しております。その他のアレルギーに関しては、お問い合わせください。