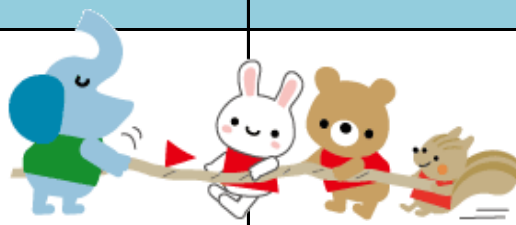


# クックチル(朝食)

# 10月献立表

東毛給食センター  
0276-62-4181

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				厚焼玉子 じゃが芋のそぼろ煮 小松菜とツナの生姜和え	鯖の南蛮焼(彩りしんじょ) あさりとねぎの生姜煮 キャベツのお浸し	えび団子と野菜のあんかけ 青梗菜のごま塩炒め ミニ納豆(P)
				小麦・卵	えび・小麦・卵	えび・小麦
4	5	6	7	8	9	10
ほうれん草オムレツ キャベツのトマト煮 ブロッコリーとハムの和風サラダ	メバルの照焼(野菜蒲鉾) ひじきの煮物 もやしと胡瓜のおかか和え	じゃが芋のごま煮 小松菜のお浸し ミニ納豆(P)	筑前煮 キャベツとカニカマのバター醤油炒め さつま芋サラダ	肉詰めいなり 人参の炒め物 めかぶ(P)	白身魚の中華風焼(竹輪煮付) ブロッコリーの胡麻和え ミニ納豆(P)	鶏と南瓜の味噌煮 ほうれん草コーンソテー とろろいも(P)
小麦・卵・乳	小麦	小麦	かに・小麦・卵・乳	小麦	小麦	
11	12	13	14	15	16	17
ひじきと豚バラ煮 ポテトサラダ 胡瓜の塩もみ	鶏のトマト煮 フラワーほうれん草オムレツ ミニ納豆(P)	大根のポトフ 茄子の油味噌 胡瓜とチーズのサラダ	たれ付肉団子 ハムと野菜の炒め物 ブロッコリーのおかか和え	鮭の塩焼(棒天) 金平 ミニ納豆(P)	炒り鶏 じゃがバタコーン ほうれん草お浸し	白菜煮浸し 大根ゆず風味サラダ めかぶ(P)
小麦・卵・乳	小麦・卵	小麦・乳	小麦・卵・乳	小麦・卵	小麦・乳	小麦
18	19	20	21	22	23	24
フウハイ玉子・ケチャップ(P) 切干大根煮 イタリアンサラダ	鯖の味噌焼(豆乳しんじょ) やわらか角揚げ キャベツの浅漬け	お麩ときのことあさりの煮浸し 酢味噌和え ミニ納豆(P)	いも煮 キャベツとツナの炒め物 はんぺんボール(チーズ)	ぶりの照焼(さつま揚げ生姜焼) 大根の味噌そぼろ煮 とろろいも(P)	野菜たっぷりポトフ ほうれん草とカニカマの塩バター炒め ミニ納豆(P)	鯖の生姜焼(高野豆腐含煮) さつま芋の甘煮 カラフルお浸し
かに・小麦・卵・乳	小麦	小麦・卵	小麦・卵・乳	小麦	かに・小麦・卵・乳	小麦
25	26	27	28	29	30	31
お麩の玉子とじ ワカメと玉葱の和え物 ミニ納豆(P)	肉じゃが煮 キャベツとあさりの炒め物 もやしのごま和え	お魚おとうふだんご 昆布の炒り煮 キャベツのゆず風味サラダ	マンダイの照焼(彩りしんじょ) 里芋の味噌煮 もやしとパプリカのナムル	鶏肉と大根のべっこう煮 人参しりしり ほうれん草と麩のお浸し	厚焼玉子 茄子と油揚げのめんつゆ煮 ツナと人参のさっぱりサラダ	鶏塩じゃが カラフルお浸し ミニ納豆(P)
小麦・卵	小麦・卵	小麦・卵	えび・小麦・卵	小麦・卵	小麦・卵	小麦

※材料の都合により、献立を変更する場合がございます。予めご了承ください

※何か異常を感じましたら、食わずに上記の電話番号までご連絡ください。

※メニューの下にアレルギー物質7品目  
(かに・えび・小麦・そば・卵・乳・落花生)を表示しております。

