

クックチル(夕食)

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
				牛肉と白菜のすきやき煮 ひじきと赤ピーマンのマリネ さつまいもの甘煮 小麦	家常豆腐 キャベツとさつまいものさつと煮 胡瓜のごま和え 小麦	豚肉のごま味噌炒め 高野豆腐含煮 カリフラワーの梅和え 小麦
4	5	6	7	8	9	10
鶏肉と冬瓜の煮物 野菜炒め ツナとオクラのマヨサラダ 小麦・卵	葱とあさりの玉子とじ煮 アスパラとウインナーの炒め物 ワカメと玉ねぎの和え物 小麦・卵	豆腐ステーキ和風きのこあんかけ ピーマンと筍のソテー ほうれん草ナムル 小麦・卵	鮭のちゃんちゃん焼 茄子とハムの炒め物 ひじきとツナのマヨサラダ 小麦・卵・乳	厚揚げと鶏肉のチリソース炒め 切干大根煮 小松菜の浅漬け風サラダ 小麦	かつ丼風煮 牛蒡巻煮付 大根即席漬 小麦・卵	牛肉と玉ねぎのすき焼き風炒め シーフードビーフン キャベツと胡瓜のゆかり漬 えび・小麦
11	12	13	14	15	16	17
豚肉の生姜焼 昆布と油揚げの炒め物 青梗菜サラダ 小麦・乳	ぶりの南部焼(厚焼玉子) 豚肉と野菜の炒め物 ほうれん草の梅おかか和え 小麦・卵	白身魚のバター焼(ウインナー) 厚揚げと野菜の味噌炒め コールスローサラダ 小麦・卵・乳	鱈の照焼(笹かま照焼) 里芋といかの煮物 マカロニサラダ 小麦・卵	八宝菜 ビーフンの中華炒め ワカメとコーンのサラダ えび・小麦・卵・乳	メバルの照焼(がんも含め煮) 南瓜のミルク煮 もやしナムル 小麦・乳	チキンカチャトーラ 小松菜とコーンのソテー キャベツとなるとの磯和え 小麦・乳
18	19	20	21	22	23	24
豆腐ハンバーグ(おろしソース) 深川井風煮 春雨とカニの甘酢和え かに・小麦・卵	鶏肉のマリネ風 じゃが芋のスープ煮 青梗菜とえのきのお浸し 小麦・卵・乳	牛丼風煮 小松菜と竹輪の生姜炒め カリフラワーサラダ 小麦	チキンカツ丼風煮 ひじきの煮物 人参とコーンのサラダ 小麦・卵・乳	青梗菜と豚肉のにんにく塩炒め 五目巾着煮 韓国風ナムル 小麦	えび団子のクリーム煮 ジャーマンポテト ほうれん草の磯香和え えび・小麦・卵・乳	青椒肉絲 竹輪の煮物 切干大根胡麻ドレッシング かに・小麦・卵・乳
25	26	27	28	29	30	31
鮭の香味焼(野菜天煮付) 金平 大根即席漬 小麦・卵	鱈の味噌焼(笹かま煮) あさりとねぎの生姜煮 胡瓜の和え物 小麦・卵	鶏肉と玉ねぎのカレーケチャップ煮 大根とツナの炒め物 ポテトサラダ 小麦・卵・乳	おでん盛り合わせ 春雨の塩ダレ炒め カリフラワーのおかか和え 小麦・卵	プルコギ もやしソテー 韓国風大根なます 小麦	マンダイのバジルオイル焼(ポークウインナー) ポテトと野菜のソテー キャベツとコーンのサラダ 小麦・乳	鱈の照焼(豆乳しんじょ) 三色豆 オクラとツナの梅和え 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。

