



とらも 6月MENU

2023



とらも 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.tomom-kyusyoku.com/ FAX 0276 (62) 7251



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

ヘルシーランチ Healthy Lunch

ご注文は、前日15時までお願いいたします。				1人分	アレルギー
1 (木)	ハンバーグトマトソース	638	2.9	183	小麦
2 (金)	鱈の塩こうじ焼	562	1.7	124	小麦
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)	ハヤシライス	676	2.2	161	小麦
6 (火)	豚肉の生善焼	650	2	182	小麦
7 (水)	フヨウハイ玉子	567	2.5	133	小麦
8 (木)	八宝菜	550	2.4	139	小麦
9 (金)	かりかりささみ揚	615	2.8	129	小麦
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)	チーズ入りコロッケ	579	2.6	152	小麦
13 (火)	麻婆野菜	590	2.7	186	小麦
14 (水)	白身魚の照焼	633	2.6	154	小麦
15 (木)	豚肉のごまだれ炒め	622	1.7	125	小麦
16 (金)	「ミニフランス」 白身魚のソースマリネ	553	2.9	152	小麦
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)	黒鯛のみぞつけ焼	662	2.2	165	小麦
20 (火)	豆腐ハンバーグジャリアヒンソース	625	2.9	157	小麦
21 (水)	青梗菜としめじのあんがらめ	535	2.4	152	小麦
22 (木)	「麦ご飯」 ささみソテー葱塩だれ	505	2.9	143	小麦
23 (金)	豚肉のチリソース炒め	652	1.7	152	小麦
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)	チキンソテーマトバジルソース	604	2.4	192	小麦
27 (火)	ハンバーグおろしソース	571	2.6	242	小麦
28 (水)	エビフライ	633	2.5	141	小麦
29 (木)	マンダイのタンドリー風	647	2.2	152	小麦
30 (金)	きのこミートボールシチュー	591	2.4	155	小麦

とらもデラックスランチ Deluxe Lunch

ご注文は、前日15時までお願いいたします。				1人分	アレルギー
1 (木)	鱈の南蛮焼	974	3.7		小麦
2 (金)	牛すき煮	801	2.2		小麦
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)	豚キムチ	882	4.9		小麦
6 (火)	ローストンカツ卸ポン酢添え	810	4.2		小麦
7 (水)	油淋鶏	985	4.1		小麦
8 (木)	チキンソテーバーベキューソース	850	3.1		小麦
9 (金)	ポークチャップ	980	4.0		小麦
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)	ハンバーグテミグラスソース	842	3.5		小麦
13 (火)	ミックスフライ (エビフライ・白身魚フライ・ミートコロッケ)	841	3.5		小麦
14 (水)	黒鯛のみぞ漬焼	759	3.0		小麦
15 (木)	豚ロース生善焼	885	3.5		小麦
16 (金)	チキンソテーマトソース	884	3.0		小麦
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)	鶏の竜田揚げおろしゆかり添え	976	2.6		小麦
20 (火)	フルコギ	981	3.8		小麦
21 (水)	豚ロースみぞ焼茄子みぞ炒め添え	813	3.9		小麦
22 (木)	「麦ご飯」 ガーリックチキン	802	4.9		小麦
23 (金)	スタミナ炒め	918	3.6		小麦
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)	ハンバーグマトソース	967	2.2		小麦
27 (火)	鱈のみぞ焼	1,023	4.4		小麦
28 (水)	イカチリ	811	4.9		小麦
29 (木)	チキンソテーおろしステーキソース	839	3.9		小麦
30 (金)	豚ロースねぎ塩ソース	845	3.2		小麦

とらもスペシャルランチ Special Lunch

ご注文は、当日9時までお願いいたします。				1人分	アレルギー
1 (木)	青梗菜とイカ野菜カツ	725	2.7		小麦
2 (金)	アラビータソースが 三元豚ロースとんかつ クリームシチュー	798	2.7		小麦
3 (土)	鶏肉の香味炒め コーンたっぷりフライ	693	3.2		小麦
5 (月)	Bigハンバーグアラビータソース クリームシチュー	833	3.0		小麦
6 (火)	酢鶏 & アスパラベーコンかつ	719	3.0		小麦
7 (水)	Big野菜コロッケ & 焼きそば	682	3.2		小麦
8 (木)	豚肉の生善焼 昔ながらの給食カレー	766	2.6		小麦
9 (金)	九州産鶏肉のチキンカツ & ナポリタン	717	3.9		小麦
10 (土)	鮭の塩焼 & カレーコロッケ	768	4.1		小麦
12 (月)	チキン南蛮	827	3.4		小麦
13 (火)	Bigハンバーグジャリアヒンソース	784	4.1		小麦
14 (水)	わがめのかき揚げ & 豚肉の生善炒め	699	1.2		小麦
15 (木)	麻婆豆腐 & 肉餃子 バターチキンカレー風フライ	741	3.2		小麦
16 (金)	ハムフライ & ハヤシライス	804	2.8		小麦
17 (土)	メンチカツ & ベーコンチーノ	804	2.9		小麦
19 (月)	トンカツみぞれ煮	766	2.4		小麦
20 (火)	枝豆コロッケ & 竹輪の天ぷら & 唐揚げ	790	2.9		小麦
21 (水)	ビビンバ & 中華春巻 & ハンバーグ	708	2.9		小麦
22 (木)	「麦ご飯」 ミックスフライ & チキンカレー	880	3.7		小麦
23 (金)	ポークソテーねぎ塩ソース	708	3.0		小麦
24 (土)	ささみの野菜あんかけ	662	3.3		小麦
26 (月)	Bigメンチ & 肉じゃが	809	3.7		小麦
27 (火)	紅生善のかき揚げ & 焼肉	702	2.6		小麦
28 (水)	唐揚げ中華マリネ & 八宝菜	778	3.9		小麦
29 (木)	アジフライ & イカ天 & ポークカレー	833	3.1		小麦
30 (金)	Bigハンバーグテミグラスソース ポテトベーコンカツ	867	3.2		小麦

とらもランチ Lunch

ご注文は、当日9時までお願いいたします。				1人分	アレルギー
1 (木)	枝豆コロッケ & 野菜春巻	687	2.1		小麦
2 (金)	クリームシチュー & アジフライ	664	1.7		小麦
3 (土)	イカ野菜カツ ベイクドエッグパンフキン	652	2.6		小麦
5 (月)	Big野菜コロッケ	654	2.3		小麦
6 (火)	メバルの照焼 ビーフンの中華炒め	559	2.5		小麦
7 (水)	エビカツ & チキン南蛮	662	2.7		小麦
8 (木)	かき揚げ & かぼちゃ天ぷら	581	1.5		小麦
9 (金)	Bigハンバーグマトソース	741	3.1		小麦
10 (土)	ロース豚かつ	692	2.9		小麦
12 (月)	麻婆豆腐 & 焼売	627	3.0		小麦
13 (火)	インド風スパイスカレー メンチカツ	667	3.0		小麦
14 (水)	Bigハンバーグベーパーソース	726	2.5		小麦
15 (木)	野菜コロッケ アスパラベーコンかつ	688	1.9		小麦
16 (金)	チキンカツ & 大判キャベツ焼	682	1.6		小麦
17 (土)	豚肉の生善焼	688	1.4		小麦
19 (月)	八宝菜 & 肉餃子	621	1.8		小麦
20 (火)	チキンソテー & 肉団子照焼	661	2.7		小麦
21 (水)	白身魚フライ & 野菜コロッケ	642	2.2		小麦
22 (木)	「麦ご飯」 Bigハンバーグ照焼ソース	720	2.6		小麦
23 (金)	かき揚げ & 竹輪天	557	2.1		小麦
24 (土)	メンチカツ & 焼とうもろこし天	733	3.4		小麦
26 (月)	青梗菜ときのこのあんがらめ ポテトベーコンカツ	587	1.7		小麦
27 (火)	ささみソテーねぎわさびソース	594	2.3		小麦
28 (水)	ポークソテーチャップソース	657	2.6		小麦
29 (木)	ポークカレー & ハンバーグ	637	3.0		小麦
30 (金)	コーンたっぷりフライ チキンカツ	642	2.2		小麦

好評販売中!

清ひるぜん

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。

ネバナそば 655円 (原材料の一部に小麦、卵を含む)

天麩羅うどん 594円 (原材料の一部にえび、小麦、卵を含む)

ピリ辛冷しゃぶうどん 875円 (原材料の一部に小麦、卵を含む)

サラダうどん 547円 (原材料の一部に小麦、卵を含む)

海老天そば 664円 (原材料の一部にえび、小麦、そば、卵を含む)

おろしうどん 525円 (原材料の一部に小麦を含む)

アンケートのご協力をお願いします。
ご意見・ご要望はこちらまで。

はじめまして★
コメントも味覚も辛口、東毛のあやちゃんです!
今日のあやちゃん注目メニュー〜
「小坂庵の辛さのアラビータソース」!!!
全部食べられなかったら...おはききだかな! ☆

