



ととも 4月MENU 2024

2024 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.tomo-kyusyoku.com/ FAX 0276 (62) 7251



ヘルシーランチ Healthy Lunch		エネルギー kcal	塩分量 g	野菜量 g	アレルギー
ご注文は、前日15時までにお願いたします。					
1(月)	サーモンの塩焼	588	2.9	132	小麦粉
2(火)	豆腐ハンバーグおろしソース	626	2.1	199	小麦粉
3(水)	エビフライ	645	2.1	191	小麦粉
4(木)	八宝菜	544	1.9	217	小麦粉
5(金)	豚肉の塩麹焼	701	2.2	183	小麦粉
6(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。				
8(月)	ハヤシライス	513	2.1	196	小麦粉
9(火)	マンダイのカレー醤油焼	609	1.8	164	小麦粉
10(水)	青梗菜としめじのあんがらめ	522	2.3	168	小麦粉
11(木)	かに玉の塩あんがけ	643	2.7	134	小麦粉
12(金)	「ミニフランス」チキンソテーレモン粒マスタードソース	485	2.9	246	小麦粉
13(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。				
15(月)	黒鯛のみぞ漬焼	621	2.5	142	小麦粉
16(火)	鶏肉の唐揚げポン酢(P)付	672	2.3	172	小麦粉
17(水)	鱈の照焼	647	2.9	182	小麦粉
18(木)	ハンバーグデミグラスソース	625	2.2	192	小麦粉
19(金)	麻婆豆腐	543	2.3	196	小麦粉
20(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。				
22(月)	オムレツトマトソース	582	2.8	132	小麦粉
23(火)	クリームシチュー	618	1.8	146	小麦粉
24(水)	白身魚の照焼	606	2.6	148	小麦粉
25(木)	豚肉のチリソース炒め	596	2.2	163	小麦粉
26(金)	白身魚の唐揚げサルサソース	590	2.4	234	小麦粉
27(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。				
29(月)	ささみソテー野菜あんがけ	552	2.7	193	小麦粉
30(火)	豚すき煮	565	2.0	221	小麦粉

とともデラックスランチ Deluxe Lunch		エネルギー kcal	塩分量 g	アレルギー
ご注文は、前日15時までにお願いたします。				
1(月)	Bigハンバーグアラビアソース	746	4.3	小麦粉
2(火)	牛丼	784	2.5	小麦粉
3(水)	ヒレカツ	786	3.0	小麦粉
4(木)	鯖のみぞ焼	951	3.5	小麦粉
5(金)	チキンソテーガーリックソース	825	2.9	小麦粉
6(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。			
8(月)	白身魚ソテーサルサソース	729	2.7	小麦粉
9(火)	鶏の竜田揚ジャンジャーソース	962	3.4	小麦粉
10(水)	チキンソテー甘酢あんがけ	876	3.6	小麦粉
11(木)	豚肉のソース焼	859	3.2	小麦粉
12(金)	サーモンの塩焼	762	4.1	小麦粉
13(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。			
15(月)	Bigハンバーグトマトソース	803	3.8	小麦粉
16(火)	鯖の竜田揚げカレーソース	960	2.3	小麦粉
17(水)	豚肉の生善焼	760	2.8	小麦粉
18(木)	チキンカツおろし煮風	766	3.5	小麦粉
19(金)	スタミナ焼	892	2.8	小麦粉
20(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。			
22(月)	Bigハンバーグデミグラスソース	708	2.9	小麦粉
23(火)	豚キムチ	771	4.2	小麦粉
24(水)	焼き鳥風	821	4.8	小麦粉
25(木)	鯖の南蛮焼	860	3.3	小麦粉
26(金)	大きなえびかつ	849	3.1	小麦粉
27(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。			
29(月)	黒鯛のみぞ漬焼	741	3.3	小麦粉
30(火)	もろみ焼肉	869	2.3	小麦粉

とともスペシャルランチ Special Lunch		エネルギー kcal	塩分量 g	アレルギー
ご注文は、当日9時までにお願いたします。				
1(月)	みぞかつ & 豚肉の香味炒め	818	4.3	小麦粉
2(火)	鶏天 & キムチチゲ	619	3.5	小麦粉
3(水)	玉子サラダフライ & 鶏の唐揚げ ハヤシライス	762	2.3	小麦粉
4(木)	アジフライ & じゃがいもキッシュ	737	2.4	小麦粉
5(金)	わかめのかき揚げ & イカ天 豚肉とお蕎麦のすき煮	666	1.1	小麦粉
6(土)	春巻 & 青梗菜ときのこのあんがらめ	679	2.6	小麦粉
8(月)	国産牛すじ入コロッケ 麻婆豆腐	685	2.6	小麦粉
9(火)	白身魚フライ & エビフライ ポテトとソーセージのトマト煮	750	2.8	小麦粉
10(水)	Big照マヨハンバーグ (マヨネーズ(P)付)	785	2.8	小麦粉
11(木)	ハムキャベツカツ 昔なつかし給食カレー	739	3.3	小麦粉
12(金)	トンカツ & コーンフライ 手作りどんかつソースかけ	754	4.3	小麦粉
13(土)	イカ野菜カツ & スタミナ金平	669	2.8	小麦粉
15(月)	若鶏竜田揚げおろしポン酢ソース ぶたま油垂る塩じゃがコロッケ	798	3.5	小麦粉
16(火)	ヒビンバ & 粒マスタードハムカツ	670	3.0	小麦粉
17(水)	紅生善のかき揚げ & なす天 玉子としあん	585	2.2	小麦粉
18(木)	北海道産チーズコロッケ & 焼肉	758	2.5	小麦粉
19(金)	メンチカツ & 豚肉の生善焼	739	2.4	小麦粉
20(土)	若鶏ささみの西京焼 & 焼売	665	2.1	小麦粉
22(月)	大きなえびかつオーロラソース	761	2.6	小麦粉
23(火)	ジューシー肉餃子 & 酢鶏	708	2.9	小麦粉
24(水)	Bigハンバーグトマトソース クリームシチュー	789	3.9	小麦粉
25(木)	大きなハムカツ & チキンカレー	722	2.7	小麦粉
26(金)	鶏の唐揚げ & 豚肉の生善あん	733	3.2	小麦粉
27(土)	白身魚フライ & チキン南蛮	685	2.8	小麦粉
29(月)	Bigメンチカツ & 八宝菜	711	3.1	小麦粉
30(火)	ハンバーグ & チキンソテー アラビアソース	866	3.1	小麦粉

とともランチ Lunch		エネルギー kcal	塩分量 g	アレルギー
ご注文は、当日9時までにお願いたします。				
1(月)	青梗菜ときのこのあんがらめ & 焼売	599	2.7	小麦粉
2(火)	メンチカツ & イカカツ	599	1.8	小麦粉
3(水)	チキンソテー	639	1.7	小麦粉
4(木)	ビーンズカレー & 塩じゃがコロッケ	624	2.6	小麦粉
5(金)	Bigハンバーグデミグラスソース	686	1.7	小麦粉
6(土)	豚肉の生善焼	587	1.2	小麦粉
8(月)	アジフライ & 和風春巻	582	1.2	小麦粉
9(火)	ささみソテー & オムレツ	570	2.6	小麦粉
10(水)	かき揚げ & がぼちゃんがら	563	1.6	小麦粉
11(木)	若鶏竜田揚げ & 野菜コロッケ	622	2.1	小麦粉
12(金)	Bigハンバーグ照焼ソース	700	3.5	小麦粉
13(土)	Bigハムフライ	637	2.5	小麦粉
15(月)	ミートコロッケ & エビフライ	592	1.8	小麦粉
16(火)	Bigハンバーグベーパーソース	709	3.2	小麦粉
17(水)	玉子としあん & 焼餃子	527	2.8	小麦粉
18(木)	白身魚フライ & じゃがいもキッシュ風	547	1.6	小麦粉
19(金)	Beef In コロッケ	630	1.8	小麦粉
20(土)	Bigメンチカツ	618	1.7	小麦粉
22(月)	若鶏竜田揚げ	607	2.5	小麦粉
23(火)	ベーコンマヨカツ & キャベツ焼	636	2.0	小麦粉
24(水)	かき揚げ & 竹輪天	562	1.2	小麦粉
25(木)	チキンカレー & 野菜コロッケ	599	2.3	小麦粉
26(金)	Bigハンバーグトマトソース	657	2.8	小麦粉
27(土)	Bigハムカツ	643	2.4	小麦粉
29(月)	八宝菜 & 焼売	589	2.6	小麦粉
30(火)	チキンカツ & 野菜コロッケ	641	2.4	小麦粉

4月1日(月) 4月19日(土) 水切りとんかつ

ご注文は 前日の15時 までにお願いたします。

① ナバナそば 855kcal (原材料の一部に小麦、そば、卵を含む)

② 天麩揚げうどん 594kcal (原材料の一部に小麦、卵を含む)

③ ビリ辛冷しゃぶうどん 875kcal (原材料の一部に小麦、卵を含む)

④ サラダうどん 547kcal (原材料の一部に小麦、卵を含む)

⑤ 海老天そば 864kcal (原材料の一部にえび、小麦、そば、卵を含む)

⑥ 肉おろしうどん 509kcal (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。

平素より東毛給食センターをご利用いただき、誠にありがとうございます。

「天つゆ」や「節大根」などのバック類に関してご案内申し上げます。

あいにくながら、ご利用にならず残食(未使用)になるケースが多く見受けられたため、一部商品をご提供を中止いたしました。

お客様にはご不便をおかけしますが、現行価格維持のため、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

お願い！ ◎食事を始める前に必ず手を洗いましょう。★お弁当は隣の当たらない涼しいところに置き、昼食は13:30迄に必ずお召し上がり下さい。衛生の為お持ち帰りはお遠慮下さい。万が一、お弁当に異常を感じましたら、食わ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・乳・落花生)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。