

# 平成29年12月度A弁(上)後半献立表

※毎日お届けするお弁当は食品衛生上13時頃までにお召し上がりください。

※献立は仕入の都合により、一部変更させていただく場合がございますので、ご了承ください。

※ライスのエネルギーは350kcalです。

ご注文は電話もしくはFAXにてお願い致します。

TEL: 03-3732-7451

FAX: 03-3735-8376



厚生労働省・農林水産省  
HACCP高度化基準認定工場

## 都南給食センター

〒144-0045 東京都大田区南六郷3-15-1

<https://www.tonan-q.com>

<p>11(月)</p> <p>牛肉の韓国風炒め(プルコギ) 明太マヨオムレツ さわらのレモンペッパー焼き 竹輪と白菜の炒め物 うぐいす豆</p> <p>303kcal</p>	<p>12(火)</p> <p>酢豚 あじのバジルオイル焼き 白菜と春雨のスープ煮 ほうれん草のナムル 南瓜サラダ</p> <p>430kcal</p>	<p>13(水)</p> <p>今月の <b>おすすめ</b></p> <p>チキンピカタ デミグラスソース ブロッコリー・人参グラッセ クリームシチュー いんげんの胡麻マヨ和え 〈炊き込みごはん〉</p> <p>449kcal</p>	<p>14(木)</p> <p>天ぷら(海老・さつま芋) さば西京味噌焼き 竹の子とぜんまいの旨煮 玉子サラダ・シュウマイ</p> <p>299kcal</p>	<p>15(金)</p> <p>豚肉の黒胡椒焼き クラムチャウダーフライ たらことこんにやくの炒め物 金時煮豆 大根と胡瓜の柚子和え</p> <p>355kcal</p>
<p>18(月)</p> <p>牛肉メンチカツ ほきの韓国風味噌焼き さつま揚げと野菜の煮物 青菜と桜海老の炒め物 わさび漬けミニカップ</p> <p>406kcal</p>	<p>19(火)</p> <p>とنانの</p> <p>特製鶏唐揚げ柚子胡椒風味 さわらの西京焼き 茄子のトマト煮 ブロッコリーのサラダ 竹の子の煮物</p> <p>385kcal</p>	<p>20(水)</p> <p>豚肉の南蛮たれかけ かに玉 シルバーサラダ 大根の炒り煮 おくらのおかか和え</p> <p>508kcal</p>	<p>21(木)</p> <p>豚カツ 焼きそば・シュウマイ キャベツと玉子の中華炒め ポテトサラダ いんげんの辛味和え</p> <p>466kcal</p>	<p>22(金)</p> <p>ローストチキン スパゲティー・人参グラッセ もみの木コロケ プチグラタン ほうれん草とコーンのソテー</p> <p>439kcal</p>
<p>25(月)</p> <p>ポロニアハムカツ 千草焼 豚肉とにらの塩炒め マカロニサラダ うぐいす豆</p> <p>383kcal</p>	<p>26(火)</p> <p>トンテキ 揚げ餃子 炒り豆腐 青菜の胡麻和え サラダ</p> <p>352kcal</p>	<p>27(水)</p> <p>今月の <b>おすすめ</b></p> <p>ロコモコ風 白身魚フライ キャベツとウィンナーのソテー 杏仁フルーツ</p> <p>500kcal</p>	<p>28(木)</p> <p>油淋鶏 スパゲティー 海老のチリソース ひじきの炒り煮 ポテトサラダ</p> <p>487kcal</p>	<p>29(金)</p> <p>牛肉ときくらげの中華炒め 中華風かに玉 海老フライ 切り昆布の煮物 小松菜のおかか和え</p> <p>264kcal</p>