平成30年 6月 ランチ便

（株）商工給食　TEL（024）973−6467
＜仕出し　あさか野＞郡山市喜久田町卸1丁目83−1　FAX（024）973−6469

※第２土曜日は定休日となります。ご了承下さい。

*ご飯のカロリー*1 人分 250ｇは 420ｋcal です。お米は国産米を使用しています。

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	食材に関しましては、行政の指導により 産地など安全な食材を使用しております。			1 814kcal 豚串カツ ソース焼そば マカロニサラダ	2 お楽しみ メニュー
4 699kcal 白身魚の塩糀焼 牛蒡の金平 こんにゃくの和風炒め	5 828kcal あじフライ 豆苗入り大根炒め 海藻とパスタのサラダ	6 850kcal 鶏の唐揚 ブロッコリーの和風炒め 玉葱のおかか和え	7 683kcal スタミナ炒め オクラのこぶ和え 小松菜の辛子和え	8 828kcal メンチカツ 切昆布とじゃが芋煮 大根とみつ葉のサラダ	9 第２土曜日
11 713kcal ゆかりご飯 豚の山賊焼 ざくざく煮 切干大根のサラダ	12 872kcal 鯖の竜田揚 マカロニとツナのケチャップソテー 人参とレーズンのサラダ	13 861kcal 鶏のレモン醤油焼 切昆布煮 キャベツとベーコンのサラダ	14 755kcal 海老フライ＆焼売野菜餡かけ ひじきの煮物 オクラの和風サラダ	15 884kcal 鶏の竜田揚香味ソース 小松菜とあさりのソテー マカロニ入りポテトサラダ	16 お楽しみ メニュー
18 810kcal 鱈の生姜味噌焼 茄子のミートソース炒め 人参の胡麻金平	19 881kcal クリームチーズチキンカツ 牛蒡の鶏そぼろ炒め マカロニのわさびドレ和え	20 820kcal 豚丼風煮 白滝のポン酢和え コールスローサラダ	21 795kcal カレー＆コーンクリームコロッケ マロニーのそぼろ炒め 白菜のさっぱり煮	22 710kcal 麻婆茄子 ブロッコリーと豚のソテー ほうれん草の胡麻お浸し	23 お楽しみ メニュー
25 765kcal 鶏の葱塩焼 いかと青菜の中華炒め 海藻サラダ	26 749kcal 白身魚フライ じゃが芋と豚の生姜炒め 大根とささみのサラダ	27 807kcal 豚のキムチ焼 牛蒡の辛味噌炒め 白菜の磯辺和え	28 715kcal 八宝菜風炒め 揚餃子油淋鶏ソース ブロッコリーの玉子炒め	29 880kcal ハンバーグケチャップソース ビーフンのちゃんぽん風炒め 小松菜の中華サラダ	30 お楽しみ メニュー

お願い：お届けする昼食弁当は、食品衛生上午後１時までにお召し上がり下さい。　材料入手の関係で、メニューが一部変わることがあります。　弁当容器及び中仕切りは電子レンジにはかけられません。