

10月4日(月)～10月15日(金) ランチ給食サービス

10月は御陵月間!

1食
¥250

アレルギー表示

- 麦 …小麦 (卵 …卵 (乳 …乳製品
- ビ …ピーナッツ (エビ …えび (か …かに
- ソバ …そば (マヨ …マヨネーズを含む

※お箸は各自で用意しましょう

御陵の日! 1年3組光安さん考案メニュー

豚肉にかかった特製中華甘酢あんが美味しい♡
優しい味のサバみりん焼きもおススメ☆

4 **豚肉の中華甘酢あんかけ & サバのみりん焼**

(月) **麦ごはん** 野菜炒め
ヒジキとオクラの辛子和え **みかん缶**

麦 卵 乳

皆さんが不足しがちな栄養素を取り入れている光安さんメニュー
安定な人気メニューのチキン南蛮がハーフ鶏で更に美味しい♡

11 **ハーフ鶏のチキン南蛮**

(月) **ひじきと青菜のおひたし**
ポテトサラダ **パイン缶**

卵 麦 乳 かに マヨ

炭焼き風グリルチキンとイタリアン唐揚げの2種のチキン☆
どちらの味が好きか食べ比べをしてみよう! ♪♪

5 **炭焼き風グリルチキン & イタリアン唐揚げ**

(火) **大根と厚揚げ煮** ペロンチーノ
青菜の炒め物 筍のおかか金平

麦 乳

○1食 ソース付 彩り綺麗なハムとたまごを使った巻カツ!!
魚の明太マヨ焼きは密かに人気メニュー♡

12 **豚のハムタマ巻きカツ & 白身魚の明太マヨホイル焼き**

(火) **ごま麦ごはん** 鶏肉と野菜のみそ炒め
青菜のサラダ 冷やし冬瓜

麦 卵 乳 マヨ

和食DAY

日本が誇る「和食」ランチ!!
すき煮とかは焼きでごはんが進むこと間違いなし!!

6 **牛すき煮**

(水) **わかめご飯** 魚のかば焼き
ゴボウとキャベツのマヨ和え **抹茶わらび餅 (2ヶ)**

麦 乳

カレーDAY

大人気のカレーがバター風味のごく増しで美味しさUP☆☆
カレーDAYはランチ給食で決まり♪

13 **豚の照り炒め & 白身魚フライ (1食ソース付き)**

(水) 青菜と豆腐のソテー
野菜バター風味カレー

麦 乳 卵

御陵の日! 1年2組伊藤さん考案メニュー

バランスGOODな伊藤さんメニュー★
みんな大好きなハンバーグとデザートを取り入れてます♡

7 **手作りハンバーグ**

(木) **麦ごはん** 青菜のごま和え
夏野菜入りマリネ和え **さつま芋のミニケーキ**

麦 乳 卵

うまいものランチDAY

ジョー君オススメ★人気のメニューを集めて作った
「ジョー君オススメランチ」をお友達と食べよう!

14 **特製唐揚げ & 玉子焼き**

(木) **大根とたけのご煮** もやしソテー
海そうサラダ **ピンク大福**

麦 卵 乳 かに マヨ

中華DAY

大人気の唐揚げに麻婆ソースは美味しいでしかない!! ☆
週末はがっつり中華の気分じゃないですか?? ☺

8 **中華風唐揚げ**

(金) **山クラゲ入りコンニャク炒め**
中華サラダ **杏仁豆腐**

麦 乳 卵 かに

秋野菜が入ったメンチカツ♡
「旬の美味しさ」を詰め込みました♪

15 **秋野菜メンチカツ**

(金) **秋の和風スパゲティ** 豚キャベツ炒め
ちくわのいそべ金平 **みかん缶**

麦 卵 乳

【10月は御陵月間です!!】

10月は御陵中学校1年生が考案してくれたメニューを1週間に1日実施します。
みなさんが好きなメニューを栄養満点に考えてくれました。是非食べて下さいね!

◀◀◀【ランチ給食からのお知らせ】▶▶▶

券売機での密接・密集を避けるため、引き続き週間券でのご協力をよろしくお願いします。

☆10/4～10/8(5回)⇒¥1,250 ☆10/11～10/15(5回)⇒¥1,250 ※該当週の前週に券売機にて購入

※アレルギーに関する詳しい情報は、大野城市教育委員会までお問い合わせください※
(特定原材料を含むメニューの特定やコンタミ等)

- 献立の内容は、食材仕入れの都合により変更することがあります。
- 献立表・およびその日食べたランチも大野城市役所のホームページに掲載していますのでご覧ください。
- 魚料理は骨がある場合がありますので、気をつけてお召し上がり下さい。



大野城市教育委員会

ホームページ http://www.city.onojo.fukuoka.jp

