

# 11月1日(月)～11月12日(金) ランチ給食サービス

¥250/1食 ※お箸は各自で用意しましょう

アレルギー表示

麦 …小麦 卵 …卵 乳 …乳製品  
 ピ …ピーナッツ エビ …えび 加 …かに  
 ソバ …そば マヨ …マヨネーズを含む

※マークがある時はスプーン持参日です

## 11月12月は平中月間!!

平野中学校2年生が考えてくれた  
 「平野中学校生徒考案メニュー」を  
 11月★第1弾★12月★第2弾★として実施します。  
 すばらしいメニューになっていますので、  
 是非食べて下さいね!

魚も美味しく食べれるホイル焼きメニュー★  
 肉・魚・大豆製品(がんも)の3種類のタンパク質で栄養満点☆

8 (月) **豚のミソカツ(1食3分付) & 白身魚の味噌マヨホイル焼き**

がんもと野菜の三つ葉あんかけ  
 海藻サラダ りんご缶

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳, マヨ

デザートつき

中華DAY

11月は中華料理でスタート!!  
 週の初めはスタミナもお腹も満タンに!

1 (月) **ユーリンチー(中華風唐揚げ) & 牛肉の中華炒め**

麦ごはん ニラ玉スクランブル  
 中華風酢の物 パイン缶

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳

デザートつき

西の市弁当

「西の市」にちなんで鶏天×かしわご飯の「とり」メニュー♪  
 西の市名物の山しょう料りも楽しもう!! 黒糖わらび餅付き☆

9 (火) **鶏の天ぷら(1食つゆ付)**

かしわごはん 豚と根菜のみそ煮  
 白菜の山しょう和え 黒糖わらび餅(2ヶ)

アレルギー表示: 麦, 乳

デザートつき

### 平中の日! 2年3組小松さん考案メニュー★

バランスの良い食事の合言葉「ま・ご・わ・や・さ・し・い」のお弁当♪  
 「豆・ごま・わかめ・野菜・魚・椎茸・芋」全て入っています★

2 (火) **アジフライ(1食3分付) & 豚ヒレミニステーキ～ステーキソース～**

ごまわかめご飯 ホウレン草ときのこのバター炒め  
 ポテトサラダ 白花豆の甘煮

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳, マヨ

### 平中の日! 2年5組大石さん考案メニュー★

彩りを意識して考案した大石さんメニュー!!  
 バリエーションに富んだ味で楽しめます♪

10 (水) **肉のせじゃが煮 & サバの塩焼き**

わかめご飯 れんこんのツナおかか炒め  
 フライドポテトサラダ ほうれん草とコーンの炒め和え

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳

## 3 (水) 文化の日(祝)

11月の毎週木曜日は「全国うまいものランチ」!  
 全国の郷土料理や特産品をおいしく食べて学ぼう!

### 全国うまいものランチ! ～関東・中部地方編～

毎週木曜は全国うまいものランチ★  
 日本の「おいしいもの」を発見しよう! お友達とランチを食べて旅行気分★

4 (木) **豚味噌カツ(愛知)**

のっぺ煮(新潟) 青菜のピーナッツ和え(千葉)  
 白菜と桜海老のお浸し(静岡)

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳, エビ, ピ

### 全国うまいものランチ! ～北海道・東北地方編～

北海道&東北の美味しいをぎゅっと詰め込みました!  
 カレーは宮城県モチーフのコクうまビーフカレー♡

11 (木) **ザンギ(北海道風唐揚げ) & 豚血(豚丼)(北海道)**

イカ人参(福島) 入り芋煮(山形)  
 麦ごはん 生タンビーフカレー(宮城)

アレルギー表示: 麦, 乳

大人気の手作りハンバーグに好評だったうずらの卵をいれました♡  
 初登場のチーズもついて大満足★

5 (金) **うずらの卵入りハンバーグ～オリジナルソース～**

ごま麦ごはん なすの甘辛煮  
 カラフルマリネ チーズ(2ヶ)

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳

デザートつき

熊本名物の「赤牛」が入ったメンチカツ!!  
 高菜入りで白ご飯との相性が抜群♡

12 (金) **赤牛入り高菜メンチカツ～五目卵焼き付～**

大根と厚揚げのコチュジャン煮  
 筍の酢みそ和え 梅ひじき

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳

### 【11月12月は平中月間です!!】

11月12月は平野中学校2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。

☆11/1～11/5(4回)⇒¥1,000 ☆11/8～11/12(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平野中学校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下さい。
- 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



大野城市PRキャラクター  
大野ジョー