

# 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 …ビーナツ エビ …えび カニ …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♡  
 優しい味のサバのみりん焼もオススメ☆

**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**

アレルギー表示: 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千キン南蛮がハーフ鶏で更に美味しい♡

**11** **ハーフ鶏の千キン南蛮**  
 ～1食外れソース付き～

(月) ひじきと青菜のおひたし

ポテトサラダ **パイン缶**

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳, マヨ, カニ

炭焼き風グリルチキンとイタリアン唐揚げの2種の千キン♪  
 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 ペペロンチーノ  
 青菜の炒め物 筍のおかか金平

アレルギー表示: 麦, 乳

〇1食 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** **豚のハムたま巻きカツ & 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

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳, マヨ

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

**6** **牛すき煮**  
 (さつま芋天付き)

(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)

アレルギー表示: 麦, 卵, マヨ

**カレーDAY** 大人気のカレーがバター風味のごく増して美味しさ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

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳

## 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**  
 ～ポークトマトチャップス付き～

(木) **麦ごはん** 青菜のごま和え

夏野菜入りマヒメ和え さつま芋のミニケーキ

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳

**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) 大根とたけのこ煮 もやしソテー

海そうサラダ **ピンク大福**

アレルギー表示: 麦, 卵, 乳, カニ, 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**  
 ～マーボーソース～

(金) 山クラゲ入りコンニャク炒め

中華サラダ **杏仁豆腐**

アレルギー表示: 麦, 乳, ビ

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**  
 (1食ソース付き)

(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**

アレルギー表示: 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致します。

★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

大野城市PRキャラクター  
 大野ジョー

