

平成30年

新潟市中学校スクールランチ

6月分

Lunch Box MENU



C

D

C

D

1 金	白身魚の竜田揚げ	厚揚げのオイスターソース炒め
	786kcal	853kcal

15 金	豚肉の生姜焼き風	揚げ餃子
	817kcal	808kcal

4 月	鶏肉のレモン醤油揚げ	豚肉のバーベキューソース
	814kcal	838kcal

20 水	麻婆ナス	さばの味噌煮
	848kcal	808kcal

5 火	チンジャオロースー	鮭のバターポン酢焼き
	麦ごはん 859kcal	860kcal

21 木	肉団子のうま煮	わかさぎの南蛮漬け
	798kcal	わかめごはん 825kcal

6 水	鶏肉の照焼	えびカツ
	かぼちゃ コッペパン 834kcal	梅ごはん 822kcal

22 金	メンチカツ	鶏肉のカレー焼き
	831kcal	801kcal

7 木	柳川風煮	さばのごま揚げ
	麦ごはん 902kcal	877kcal

25 月	さわらの西京焼き	いかのチリソース
	849kcal	麦ごはん 828kcal

8 金	スペイン風オムレツ	鮭のチーズフライ
	アーモンド そぼろご飯 843kcal	875kcal

26 火	チキンたれカツ	ハンバーグのトマトソース
	824kcal	枝豆ごはん 812kcal

夏を感じるメニューの日

11 月	甘辛肉団子	春巻
	ポークカレー 麦ごはん 856kcal	麻婆丼の具 麦ごはん 853kcal

27 水	ソーセージと野菜のソテー	コーンしゅうまい
	夏野菜の カレー 麦ごはん 906kcal	親子丼の具 麦ごはん 848kcal

12 火	ピビンバ	鶏肉の塩から揚げ
	麦ごはん 848kcal	787kcal

28 木	チーズオムレツ	白身魚フライ
	洋風麦ごはん 842kcal	832kcal

食育メニューの日

<カルシウム強化メニュー>

13 水	鶏肉のピリ辛焼き	かぼちゃコロッケ
	826kcal	808kcal

29 金	鶏肉と豆のチリソース	鱈の生姜煮
	811kcal	860kcal

14 木	ししゃものフライ	豚肉と厚揚げのみそ炒め
	菜めし 811kcal	カスタードプリン 810kcal

6月27日(水)は夏を感じるメニュー♪

6月27日(水)は、夏を感じるメニューを実施します。
 地産産の野菜を使った「夏野菜のカレー」の他「メロン」
 や「さくらんぼゼリー」がつきます。
 この機会にぜひ、スクールランチを注文して下さい。
 注文予約を忘れずに♪

