

# LUNCH MENU

ランチメニュー



甘くて、美味しい  
「さくらんぼ」

2019 6 June 水無月(みなづき)

今日のおいしいが、明日の元気。



## ひので給食センター

☎(0178) 20-3399  
(FAX) 29-3876

—八戸市高州一丁目2-19—  
当店のご飯は、国産米を使用しています。

ご注文は9時から10時頃までをお願い致します。

※弊社ではお客様の健康に配慮した、手作りの味を毎日お届けしております。  
※美味しく味わっていただくために午後1:00頃までにはお召し上がり下さい。  
※写真はイメージです。実際のメニューではありませんのでご了承下さい。



みんなで食料自給率アップ!

わたしたちは、  
フードアクションニッポンを  
推進します

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
26	27	28	29	30	31	1
						<b>肉野菜炒め</b> 豚串カツ 煮物 蛋白質16.7g/脂質16.5g 715Kcal
2	3	4	5	6	7	8
<b>チーズチキンカツ</b> 春雨サラダ 筍マラージャン炒め 蛋白質20.0g/脂質8.0g 696Kcal	<b>豚すき焼き風</b> かにかま海苔巻きとチリ団子 おでん風煮物 蛋白質25.1g/脂質20.3g 744Kcal	<b>カニクリーム コロッケ</b> 厚揚げ茸あん 菜の花生姜和え 蛋白質21.8g/脂質14.4g 749Kcal	<b>焼肉&amp; ハンバーグ</b> 白身フライ マカロニ玉子サラダ 蛋白質27.8g/脂質24.3g 855Kcal	<b>蒸し鶏 胡椒ドレッシング</b> 野菜コロッケ 五目ひじき 蛋白質21.6g/脂質9.6g 739Kcal	<b>鶏天</b> 切干大根と南瓜煮 京がんも 蛋白質25.4g/脂質16.0g 758Kcal	
9	10	11	12	13	14	15
<b>ミートボール 野菜あん</b> イカフライ さんま塩焼 蛋白質24.4g/脂質25.1g 840Kcal	<b>豚千切肉 オイスター炒め</b> フィッシュフライ 煮物 蛋白質23.8g/脂質15.8g 810Kcal	<b>チキンカツ</b> ソース焼きそば 棒餃子 蛋白質21.3g/脂質17.4g 803Kcal	<b>ポークカレー</b> ハムカツ コンニャク人参の金平 蛋白質25.3g/脂質21.1g 793Kcal	<b>肉じゃが</b> えびグラタンカツ 野菜炒め 蛋白質20.8g/脂質33.8g 903Kcal	<b>チキン南蛮</b> オムレツ ごぼう牛肉のしぐれ煮 蛋白質18.4g/脂質19.6g 707Kcal	
16	17	18	19	20	21	22
<b>チーズIN ハンバーグ</b> サーモンフライ 小松菜バターソテー 蛋白質23.3g/脂質25.6g 852Kcal	<b>ローストンカツ</b> 豆腐とあさりの旨煮 ポテトサラダ 蛋白質24.0g/脂質16.9g 802Kcal	<b>牛丼</b> アジ味鰯干しフライ シルバーマヨサラダ 蛋白質26.9g/脂質18.2g 797Kcal	<b>若鶏唐揚げ</b> キャベツベーコン炒め 山菜の金平 蛋白質22.8g/脂質22.0g 804Kcal	<b>ビーフシチュー</b> ロールキャベツ イカフライ 蛋白質17.8g/脂質11.2g 686Kcal	<b>中華あんかけ 焼きそば</b> 干草焼 隠元と豚肉の胡椒炒め 蛋白質16.6g/脂質14.4g 681Kcal	
23 /30	24	25	26	27	28	29
<b>アジフライ</b> ポテトサラダ ひじき煮 蛋白質18.2g/脂質17.2g 723Kcal	<b>たつぷりキャベツの 回鍋肉</b> ニシンの蒲焼 カニカマサラダ 蛋白質27.1g/脂質21.0g 788Kcal	<b>カレールウ コロッケ</b> 煮物 コーンサラダ 蛋白質17.2g/脂質12.4g 785Kcal	<b>海老フライと 若鶏唐揚げ</b> 豚肉と白菜のコンソメ煮 チンゲン菜胡麻和え 蛋白質21.9g/脂質13.4g 738Kcal	<b>チキンの ケチャップ煮</b> 野菜春巻き キャベツコーンサラダ 蛋白質18.0g/脂質18.0g 730Kcal	<b>彩りチャップチェ</b> お好み焼き ちくわ磯辺 蛋白質18.8g/脂質14.4g 678Kcal	

**OnePoint コラム**

今月の表紙  
さくらんぼ

皆さん一度は「さくらんぼは本当に、桜の木になる実なのだろうか…」と、疑問に思ったことはないでしょうか? さくらんぼのなる木は一般的に観賞されるソメイヨシノなどは違う品種の木で、正式名はセイヨウミザクラ(西洋実桜)といい、桜が付ける桃というみから「桜桃(おうとう)」とも呼ばれています。ソメイヨシノより少し遅れて白っぽい花を咲かせ、その後6~7月ごろに艶やかな赤い実をつけます。この時期にしか食べられないさくらんぼを楽しみましょう。

**新鮮 おいしい 健康**

手づくりお弁当を  
お届けします。

**パーティー・会議  
などにピッタリ!**

各種オードブルもご用意いたしております。  
ぜひご利用下さい。

- 手作りのため、盛り付けが不揃いの場合もありますが、ご了承下さい。
- 材料の入荷の都合により、献立を変更する場合がありますので、ご了承願います。
- 地域により容器が変わることがございます。
- タバコの吸い殻、箸、箸袋などを容器に入れないようにお願いします。

お弁当お休み予定表 6月 貴社名

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 /30	24	25	26	27	28	29

貴社のお弁当のお休みの日に休印をお付けのうえ配達員にお渡し下さい。