11月の『食育月間』

月曜日（11/12・26）
たっぷり野菜と豆腐ステーキ
牛カルビソース
６００円（税込）

火曜日（11/13・27）
広島産カキフライ
と味噌炒め
６００円（税込）

水曜日（11/14・28）
秋野菜たっぷり
トマトソースハンバーグ
６００円（税込）

木曜日（11/15・29）
野菜たっぷりあんかけ
豚カツ
６００円（税込）

＊写真はイメージです

金曜日（11/16・30）
野菜たっぷり
若鶏の唐揚げ甘酢あんかけ
６００円（税込）

ポイント3倍

成人の1日当りの野菜類の目標摂取量は350ｇです。
このメニューで1日の約半分の量の野菜が摂れます。

＊仕入の都合によりメニュー内容が変更になることがあります

千葉県庁生協　中チカ食堂