

6月弁当メニュー表

600円

月		火		水		木		金		土 日	
1		2		3		4		5		6	7
日替	豚肉と茄子の味噌炒め	日替	鶏の唐揚げ (チリソース)	日替	とんかつ (みそだれ)	日替	牛丼風煮物	日替	鶏もも肉の甘辛揚げ		
ヘルシ	茹で鶏の中華風ネギだれ	ヘルシ	鮭の西京焼き	ヘルシ	鶏むね肉の蒲焼き風	ヘルシ	鶏ひき肉の大葉焼き	ヘルシ	豚肉と野菜の ネギ塩だれ炒め		
	青菜のお浸し ピーマンと人参のゴマ味噌和え きのこベーコンのバター醤油		土佐煮 ブロッコリーと卵のカレーサラダ きゅうりとわかめの酢の物		ツナキャベツ 白菜とジャコのおかか和え ナポリタン		じゃがコーンバター ちくわのカレー揚げ ブロッコリーと人参のおかかマヨ和え		小松菜と油揚げのお浸し 人参と竹輪の青のりマヨ和え 切り干し大根のさっぱりサラダ		
8		9		10		11		12		13	14
日替	鶏と野菜の照り炒め	日替	豚肉とパプリカの カレー炒め	日替	豚肉の生姜焼き	日替	鶏と野菜の天ぷら	日替	チキン南蛮		
ヘルシ	タラの春雨入り 中華風あんかけ	ヘルシ	鶏の竜田揚げ (おろしポン酢)	ヘルシ	サバのタンドリー風	ヘルシ	豚肉ときのこの おろし和え	ヘルシ	ふーチャンプル		
	青菜の胡麻和え パプリカと玉ねぎのマリネ さつまいもの甘煮		温野菜 チンゲン菜の肉味噌和え 人参しりしり		マカロニサラダ 小松菜の三色和え たけのこの煮物		キャベツの塩昆布和え きゅうりのゆかり和え ひじきの煮物		ブロッコリーともやしのナムル 人参とツナのマリネ 五目おから		
15		16		17		18		19		20	21
日替	鶏唐の南蛮漬け	日替	牛肉のトマト煮	日替	鶏肉とエリンギの マヨポン炒め	日替	ハンバーグ (トマトソース)	日替	チキンソテー (クリームソース)		
ヘルシ	豚肉とレンコンの 中華炒め	ヘルシ	高野豆腐の豚しそ巻き	ヘルシ	ブリ大根	ヘルシ	豚肉ときのこの 梅肉ソース和え	ヘルシ	サバと茄子の オイスターソース炒め		
	キャベツと油揚げのお浸し かぼちゃと小豆の煮物 玉ねぎとわかめの酢の物		ジャーマンポテト 茄子の煮浸し 竹輪の磯辺揚げ		厚揚げ入り若竹煮 きのこのみそマヨソテー さつまいものオレンジ煮		じゃがいものカレー炒め 春雨サラダ 大根とこんにゃくのゴマ味噌煮		ポテトエッグサラダ ツナともやしのカレーサラダ 大根とベーコンのソテー		
22		23		24		25		26		27	28
日替	チキンカツ煮	日替	豚キムチ	日替	牛肉と野菜の 柚子胡椒炒め	日替	サーモンフライ (タルタルソース)	臨時休業			
ヘルシ	ノンオイル黒酢豚	ヘルシ	鶏ひき肉の松風焼き	ヘルシ	ノンオイル ヘルシー唐揚げ	ヘルシ	豚肉の 塩レモンソース掛け				
	ポテトとバジルのペンネ コールスロー つきこんにゃくと竹輪の甘辛炒め		中華風大根そぼろ ピリ辛ビーフン かぼちゃサラダ		サラダパスタ 味付け卵 キャベツとニューコンミートの炒め物		切り干し大根のごまマヨサラダ もやしのナムル 人参炒り豆腐				
29		30									
日替	鶏の照り焼き (香味野菜ソース)	日替	豚肉の油淋鶏風								
ヘルシ	タラのきのこおろし掛け	ヘルシ	鶏もも肉のオレンジ煮								
	ツナとトマトのペンネ 切り干し大根の煮物 さつまいもサラダ		高野豆腐の煮物 チンゲン菜と竹輪の辛子和え ポテトフライ								

☆注文は10:30までに電話またはファックスでお願いします。

☆仕入れにより、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承ください。