

7月の献立

夜

季節にちなんだごちそうメニュー。
デザート付きです。

6月	桜海老のクリームコロッケ 豆腐ハンバーグ 和風あん
7月	わかめとネギの醤油炒め／豆乳と野菜の真丈(しんじょ)／キャベツと枝豆の青じそサラダ
8月	ツナとチキンのトマトクリーム煮込み 枝豆コロッケ
9月	栗とさつま芋のおつまみ天／ソーセージと青菜炒め／カニカマと人参のマヨサラダ
10月	鶏肉の八幡巻 焼売
11月	きんぴられんこん／そばろとなすのポン酢ジュレ／里芋のマッシュサラダ
12月	牛肉のデミグラス煮込み カニ入り真丈 中華あん
1月	かぶとチンゲン菜の炒め煮／ごぼうと大豆のもろみ炒め／小松菜の梅サラダ
2月	唐揚げ チリソース お楽しみの1品
3月	ひじき煮／カリフラワーとパプリカのマリネ／オクラの和風サラダ
4月	ピーマン肉詰めフライ 合鴨のホワイトクリームシチュー
5月	ひとくちカニ玉・和風だし／きのこブロッコリーのアヒージョ風／キャベツの浅漬け風サラダ
6月	店休日
7月	店休日
8月	店休日
9月	店休日
10月	店休日
11月	店休日
12月	店休日

13月	海老の天井風 豚肉と鮭の甘辛バター炒め
14月	あさりわかめ酢物／キャベツとオクラの青じそ風味／ブロッコリーのスりおろし野菜サラダ
15月	鶏肉のソーセージ入りクリームソースがけ ベーコンと枝豆のクリームコロッケ
16月	ツナとピーマンのおかか炒め／小松菜ときのこ煮びたし／キャベツの和風胡麻サラダ
17月	牛すじ入りハッシュドビーフ アブラカレイ もろみ醤油だれ
18月	たこと紅生姜の揚げ天／インゲンのアンチョビ炒め／オクラと人参の和風サラダ
19月	照り焼きチキステーキ 白身魚の磯辺フライ
20月	きんぴられんこん／茄子の中華風和え／かぼちゃのマッシュサラダ・味噌風味
21月	牛カツ 焼肉だれ 豆腐麺のソース焼きそば風
22月	海鮮チヂミ／水菜と豆もやしのナムル／バナナケーキ
23月	店休日
24月	店休日
25月	店休日
26月	店休日

27月	鶏肉の八幡巻 ベーコンと枝豆のクリームコロッケ
28月	切干大根煮／ピーマンのバター醤油炒め／しらすと青菜の胡麻あえ
29月	(醤油胡麻おかかのふりかけご飯) うなぎの蒲焼風 アブラカレイ もろみ醤油だれ
30月	かぼちゃの煮物／小松菜の黒胡麻サラダ／苺のもちもちプチケーキ
31月	ピーマン肉詰めフライ 豆腐ステーキ おろしあんかけ
1月	かぶの赤しそ和え／きのこのアンチョビソテー／マカロニサラダ
2月	フライドチキン 明太タルタル イカ団子とパプリカの中華あん
3月	ちくわの磯辺揚げ／ツナとピーマンのおかか炒め／紅芯大根とカリフラワーのマスタードマリネ
4月	豚カツ ソース お楽しみの1品
5月	竹の子とブロッコリーの味噌炒め／ほうれん草の白和え／カリフラワーときゅうりの和風サラダ
6月	店休日
7月	店休日
8月	店休日
9月	店休日
10月	店休日
11月	店休日
12月	店休日

13月	海老の天井風 豚肉と鮭の甘辛バター炒め
14月	あさりわかめ酢物／キャベツとオクラの青じそ風味／ブロッコリーのスりおろし野菜サラダ
15月	鶏肉のソーセージ入りクリームソースがけ ベーコンと枝豆のクリームコロッケ
16月	ツナとピーマンのおかか炒め／小松菜ときのこ煮びたし／キャベツの和風胡麻サラダ
17月	牛すじ入りハッシュドビーフ アブラカレイ もろみ醤油だれ
18月	たこと紅生姜の揚げ天／インゲンのアンチョビ炒め／オクラと人参の和風サラダ
19月	照り焼きチキステーキ 白身魚の磯辺フライ
20月	きんぴられんこん／茄子の中華風和え／かぼちゃのマッシュサラダ・味噌風味
21月	牛カツ 焼肉だれ 豆腐麺のソース焼きそば風
22月	海鮮チヂミ／水菜と豆もやしのナムル／バナナケーキ
23月	店休日
24月	店休日
25月	店休日
26月	店休日

27月	鶏肉の八幡巻 ベーコンと枝豆のクリームコロッケ
28月	切干大根煮／ピーマンのバター醤油炒め／しらすと青菜の胡麻あえ
29月	(醤油胡麻おかかのふりかけご飯) うなぎの蒲焼風 アブラカレイ もろみ醤油だれ
30月	かぼちゃの煮物／小松菜の黒胡麻サラダ／苺のもちもちプチケーキ
31月	ピーマン肉詰めフライ 豆腐ステーキ おろしあんかけ
1月	かぶの赤しそ和え／きのこのアンチョビソテー／マカロニサラダ
2月	フライドチキン 明太タルタル イカ団子とパプリカの中華あん
3月	ちくわの磯辺揚げ／ツナとピーマンのおかか炒め／紅芯大根とカリフラワーのマスタードマリネ
4月	豚カツ ソース お楽しみの1品
5月	竹の子とブロッコリーの味噌炒め／ほうれん草の白和え／カリフラワーときゅうりの和風サラダ
6月	店休日
7月	店休日
8月	店休日
9月	店休日
10月	店休日
11月	店休日
12月	店休日

☉マークは写真で紹介しているメニューです。

17(金) ちこそう

- 豆腐麺のソース焼きそば風
- 牛カツ 焼肉だれ

28(火) ちこそう

- (醤油胡麻おかかのふりかけご飯)
- うなぎの蒲焼風
- アブラカレイ もろみ醤油だれ

醤油胡麻おかかのふりかけご飯の栄養成分：エネルギー 262kcal / たんぱく質 6.1g / 脂質 1.2g / 炭水化物 57.5g / 食塩相当量 0.3g

写真に掲載されている混ぜご飯は、「ご飯あり」を注文されている方全てにお届けいたします。

【クロスワード 答え】

1	ウ	ミ		2	カツ				
	ナ		3	シ	ユ				
4	ギ	5	オン		6	ス			
		7	カ	8	サ	9	サ	10	ギ
		ウ	ズ		ツ	ナ			
		A	B	C	D				
		ユ	ウ	ナ	ギ				

(夕風)

※写真はイメージです。 ※記載されているカロリー、栄養成分の値は弁当一個分ですが、あくまでも目安です。栄養素の摂取量を保証するものではありません。 ※掲載している栄養成分は普通食M(おかずのみ)の場合です。 ※ご飯(白米)の栄養成分は次の通りです。 エネルギー 285kcal / たんぱく質 4.3g / 脂質 0.5g / 炭水化物 63.1g / 食塩相当量 0g ※当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしていません。ご了承ください。 ※仕入れの状況により、予告なく内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。