

2024年 7月



MONTHLY MENU

火		水		木		金	
2	鯖の山椒焼き 切干大根の中華風煮 ブロッコリーサラダ 青菜のオイマヨ和え	3	肉豆腐 じゃがいもの昆布マヨ和え キャベツと竹輪の辛子和え オクラの煮浸し	4	白身魚のフライ タルタルソース 牛蒡とコーンのバター醤油 キャロットサラダ デザート	5	ハニーマスタードチキン 一口がんもと椎茸の煮物 チーズサラダ 隠元の生姜和え
9	プルコギ風肉野菜炒め 大根と胡瓜の中華和え シュウマイ カニカマあん オクラのゆかり和え	10	鮭のハーブ焼き わかめとえのきの梅和え ベーコンと隠元のサラダ NEW デザート	11	鶏肉の味噌松風焼き こんにゃくのピリ辛煮 大豆サラダ 青菜の煮浸し	12	鮭の南蛮漬け 冬瓜のそぼろあん ひじきサラダ 隠元の胡麻和え
16	チーズインハンバーグ トマトソース 竹輪のカレー照り焼き 根菜と豆の黒胡麻サラダ 青菜のお浸し	17	鶏肉の唐揚げ 香味ソース ひじきの煮物 キャベツのゆかり和え 青菜ともやしのナムル	18	鮭の塩焼き 豚肉じゃが 胡瓜とカニカマの酢の物 隠元の辛味噌和え	19	豚肉のカレー風味ソテー 揚げ茄子と隠元の生姜あんかけ 切干大根とひじきのマリネ デザート
23	白身魚の生姜酢漬け ゆかりご飯 れんこんの炒め煮 さつまいもとコーンのマヨサラダ 隠元の辛味噌和え	24	豚肉と茄子の味噌炒め さつま揚げと人参の煮物 マカロニサラダ デザート	25	鶏肉のネギ塩だれ 大根と干しえびの煮物 キャベツと竹輪の辛し和え 青菜の味噌マヨ和え	26	鯖の香味焼き 白滝たらこ 季節のサラダ 隠元の梅胡麻和え
30	豚肉のパン粉チーズ焼き 竹輪と里芋の煮物 ほうれん草とコーンのソテー デザート	31	鶏肉の梅照り焼き ジャーマンポテト 大根とズッキーニの胡麻酢和え オクラの煮浸し				

※記載のメニューの他に、漬け物又は佃煮が付きます。

- 都合により、メニューを変更することがありますのでご了承ください。
- 国産米を使用しています。 ・ +50円で、ご飯のみ大盛り(250g)が可能です。
- ご飯を柔らかめに炊いた「まごころ弁当」もご用意しております。
- 回収用のお弁当箱は電子レンジでの加熱には対応しておりません。
- お弁当のご注文は、**2日前まで**にお願いいたします。
- アレルギー対応は行っておりません。**

作成：あみくるおべんと屋さんレシピ委員会

あみくるおべんと屋さん

TEL : 048-226-3133
 FAX : 048-226-3143