

6月のメニュー

TEL. **011-613-0141**
 FAX. **011-612-0311**

受付時間
 月曜日～金曜日
 10:00～17:00



[1食平均 665kcal、食塩相当/3.6g使用]

メニュー内容

ご飯(1マス) / +50円で炊き込みご飯へ変更可能
 + おかず(2マス) / 焼き物+(煮物or揚げ物)

500 (税込540円)
円+税

				6月1日(金)	6月2日(土)
				<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(千草焼き) ハマチの照り焼き アスパラのからし醤油 角こんにゃくのピリ辛煮 手作りさつま揚げ ホッケの甘酢あんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(すき煮) 銀ガレイの西京焼き 菜の花のおかか和え 里芋の南部揚げ 鶏肉とごぼうの串カツ 野菜炒め
6月4日(月)	6月5日(火)	6月6日(水)	6月7日(木)	6月8日(金)	6月9日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ふくさ焼き) アジの塩焼き クラゲの焙煎ごま和え 若鳥の山椒焼き イカフライ盛り合わせ(全5品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) ホッケの塩麹焼き ナムル メンチカツ ゴロゴロ肉じゃが 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(鶏そぼろ) サンマの柔らか煮 ふきのきんぴら ちくわチーズの香り揚げ 鶏肉のソテー 温野菜サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの西京焼き フグの唐揚げ ホタテの時雨煮 ニシンソフトの甘露煮 なすの油煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(小ねぎ) サケの南蛮漬け ポテトコロケ 串うち肉団子 カジキマグロのステーキ仕立て素揚げ野菜添え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの塩焼き 鶏肉の桑焼き アサリの生姜味噌煮 黄金ガレイの揚げ煮(かぼちゃ、なす、しいたけ)
6月11日(月)	6月12日(火)	6月13日(水)	6月14日(木)	6月15日(金)	6月16日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(カニカマ) アジの蒲焼き れんこんの挟み揚げ 甘エビの南部揚げ 鶏天盛り合わせ(全5品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイの照り焼き 鶏肉の竜田揚げ れんこんの甘酢漬け サバの味噌煮(にんじん、竹の子、ふき) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) サーモンの塩焼き 甘エビフライ かぼちゃのフレンチ和え 豚バラ肉と大根の小川煮 マスタードあんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(青のり) シルバーの西京焼き ブラックタイガーの塩煮 さつま芋フライ フグ天盛り合わせ(全6品) フグ天盛り合わせ(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) 鶏肉の柚子こしょう焼き エビのしそ巻き揚げ アスパラの醤油漬け タラの衣揚げあんかけ れんこんのきんぴら風 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 アカウオのみりん醤油焼き クラゲの焙煎ごま和え タラのザンギ 豚肉のパン粉焼き スパゲティ粒マスタード
6月18日(月)	6月19日(火)	6月20日(水)	6月21日(木)	6月22日(金)	6月23日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ツナ、三葉) 銀ガレイの西京焼き かまぼこの香り揚げ 里芋の旨煮 エビフライ盛り合わせ(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) サーモンの焼き漬け 鶏肉の唐揚げ アスパラのもろみ漬け サバの甘辛煮(大根、肉団子、なす) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 ニシンソフトの甘露煮 ウインナーのケチャップ煮 エビ進丈の磯部巻き 豚ヒレ肉のせんべいカツ こぶき芋 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイのみりん漬け アスパラのごま和え ホタテフライ すきやき風煮込み 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) タラのねぎ塩焼き エビフライ なると巻き 黄金ガレイの炊合せ(大根、がんと、舞茸) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの照り焼き 春菊の和風ごま和え れんこんの衣揚げ フグザンギ盛り合わせ(全4品)
6月25日(月)	6月26日(火)	6月27日(水)	6月28日(木)	6月29日(金)	6月30日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 サケの南蛮漬け 肉団子の照り煮 エノキとジャコの生姜煮 手羽元のスープ煮(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの西京焼き ハムカツ かぼちゃの旨煮 かき揚げ盛り合わせ(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(三葉) サンマの蒲焼き れんこんのきんぴら エビ団子の煮ころかし 白身魚の衣揚げあんかけ(全5品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) ホッケの塩麹焼き 甘エビのフリッター ピリ辛こんにゃく 煮込みハンバーグ スパゲティナポリタン 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 紅ガケの塩焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃの旨煮 エビ天盛り合わせ(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(千草焼き) ハマチの照り焼き アスパラのからし醤油 角こんにゃくのピリ辛煮 手作りさつま揚げ ホッケの甘酢あんかけ

※色彩と栄養面を考慮し、カテゴリーの内容と異なるおかずの日もございます。
 ※土曜日のご注文・配達に関しては対象者のみとなります。

6月のメニュー

TEL. **011-613-0141**
 FAX. **011-612-0311**

受付時間
 月曜日～金曜日
 10:00～17:00



[1食平均 773kcal、食塩相当/4.3g使用]

メニュー内容

ごはん(2マス) / 白米+炊込ごはん(赤飯・いなり寿司の日も!)
 + おかず(7マス) / 焼き物+煮物+揚げ物

750 (税込810円)
円+税

				6月1日(金)	6月2日(土)
				<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(千草焼き) ハマチの照り焼き アスパラのからし醤油 角こんにゃくのピリ辛煮 手作りさつま揚げ ホッケの甘酢あんかけ エビチリソース ふきの土佐煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(すき煮) 銀ガレイの西京焼き 菜の花のおかか和え 里芋の南部揚げ 鶏肉とごぼうの串カツ 野菜炒め なすのそぼろ煮 信田巻き八方あんかけ
6月4日(月)	6月5日(火)	6月6日(水)	6月7日(木)	6月8日(金)	6月9日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ふくさ焼き) アジの塩焼き クラゲの焙煎ごま和え 若鳥の山椒焼き イカフライ盛合せ(全5品) じゃがいもの田舎煮 切り干し大根 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) ホッケの塩麹焼き ナムル メンチカツ ゴロゴロ肉じゃが チンジャオロース 鶏肉のザンギ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(鶏そぼろ) サンマの柔らか煮 ふきのきんぴら ちくわチーズの香り揚げ 鶏肉のソテー 温野菜サラダ 五目巾着の煮物 ホタテの酢味噌和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの西京焼き フグの唐揚げ ホタテの時雨煮 ニシンソフトの甘露煮 なすの油煮 ニラと玉子のオイスター炒め 豚肉の角煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(小ねぎ) サケの南蛮漬け ポテトコロケ 串うち肉団子 カジキマグロのステーキ仕立て 素揚げ野菜添え ヒレカツ アスパラのごまドレ和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの塩焼き 鶏肉の桑焼き アサリの生姜味噌煮 黄金ガレイの揚げ煮(かぼちゃ、なす、しいたけ) しゅうまい(銀あんかけ) エビのわさびドレ和え
6月11日(月)	6月12日(火)	6月13日(水)	6月14日(木)	6月15日(金)	6月16日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(カニカマ) アジの蒲焼き れんこんの挟み揚げ 甘エビの南部揚げ 鶏天盛り合わせ(全5品) マーボー春雨 揚げなすの含め煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイの照り焼き 鶏肉の竜田揚げ れんこんの甘酢漬け サバの味噌煮(にんじん、竹の子、ふき) フグのザンギ スパゲティナポリタン 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) サーモンの塩焼き 甘エビフライ かぼちゃのフレンチ和え 豚バラ肉と大根の小川煮 マスタードあんかけ ポテトコロケ もやしと春菊の黒ごま和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(青のり) シルバーの西京焼き ブラックタイガーの塩煮 さつま芋フライ フグ天盛り合わせ(全6品) サンマの柔らか煮 鶏肉のフリッター 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) 鶏肉の柚子こしょう焼き エビのしそ巻き揚げ アスパラの醤油漬け タラの衣揚げあんかけ れんこんのきんぴら風 サケのザンギ かぼちゃの小倉煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 アカウオのみりん醤油焼き クラゲの焙煎ごま和え タラのザンギ 豚肉のパン粉焼き スパゲティ粒マスタード イカの酢味噌和え なすの油煮
6月18日(月)	6月19日(火)	6月20日(水)	6月21日(木)	6月22日(金)	6月23日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ツナ、三葉) 銀ガレイの西京焼き かまぼこの香り揚げ 里芋の旨煮 エビフライ盛り合わせ(全6品) ごぼう巻きの田舎煮 ナムル 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) サーモンの焼き漬け 鶏肉の唐揚げ アスパラのもろみ漬け サバの甘辛煮(大根、肉団子、なす) メンチカツ エビ団子の甘酢あんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 ニシンソフトの甘露煮 ウインナーのケチャップ煮 エビ進士の磯部巻き 豚ヒレ肉のせんべいカツ こふき芋 菜の花のからし醤油 大根と揚げの煮しめ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイのみりん漬け アスパラのごま和え ホタテフライ すきやき風煮込み エビチリソース マカロニサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) タラのねぎ塩焼き エビフライ なると巻き 黄金ガレイの炊合せ(大根、がんも、舞茸) 鶏肉のザンギ ホイコーロー 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの照り焼き 春菊の和風ごま和え れんこんの衣揚げ フグザンギ盛り合わせ(全4品) マーボーなす 大根のおでん煮
6月25日(月)	6月26日(火)	6月27日(水)	6月28日(木)	6月29日(金)	6月30日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 サケの南蛮漬け 肉団子の照り煮 エノキとジャコの生姜煮 手羽元のスープ煮(全6品) ホッケフライ イカの酢味噌和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの西京焼き ハムカツ かぼちゃの旨煮 かき揚げ盛り合わせ(全6品) ふきとさつま揚げの煮物 菜の花のごまボンと和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(三葉) サンマの蒲焼き れんこんのきんぴら エビ団子の煮ころがし 白身魚の衣揚げあんかけ 切り干し大根 アカウオの南蛮漬け 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) ホッケの塩麹焼き 甘エビのフリッター ピリ辛こんにゃく 煮込みハンバーグ スパゲティナポリタン ポテトサラダ 菜の花のからし和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 紅ザケの塩焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃの旨煮 エビ天盛り合わせ(全6品) ひりょうずの含め煮 ホタテフライ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(千草焼き) ハマチの照り焼き アスパラのからし醤油 角こんにゃくのピリ辛煮 手作りさつま揚げ ホッケの甘酢あんかけ エビチリソース ふきの土佐煮

※色彩と栄養面を考慮し、カテゴリーの内容と異なるおかずの日もございます。
 ※土曜日のご注文・配達に関しては対象者のみとなります。



[1食平均 665kcal、食塩相当/3.6g使用]

メニュー内容

ご飯(1マス) / +50円で炊き込みご飯へ変更可能
 + おかず(2マス) / 焼き物+(煮物or揚げ物)

500 (税込540円)
円+税

TEL. **011-613-0141**
 FAX. **011-612-0311**

受付時間
 月曜日～金曜日
 10:00～17:00

7月2日(月)	7月3日(火)	7月4日(水)	7月5日(木)	7月6日(金)	7月7日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(すき煮) 銀ガレイの西京焼き 菜の花のおかか和え 里芋の南部揚げ 鶏肉とごぼうの串カツ 野菜炒め 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ふくさ焼き) アジの塩焼き クラゲの焙煎ごま和え 若鳥の山椒焼き イカフライ盛り合わせ(全5品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) ホッケの塩麹焼き ナムル メンチカツ ゴロゴロ肉じゃが 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(鶏そぼろ) サンマの柔らか煮 ふきのきんぴら ちくわチーズの香り揚げ 鶏肉のソテー 温野菜サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの西京焼き フグの唐揚げ ホタテの時雨煮 ニシンソフトの甘露煮 なすの油煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(小ねぎ) サケの南蛮漬け ポテトコロッケ 串うち肉団子 カジキマグロのステーキ仕立て素揚げ野菜添え
7月9日(月)	7月10日(火)	7月11日(水)	7月12日(木)	7月13日(金)	7月14日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの塩焼き 鶏肉の桑焼き アサリの生姜味噌煮 黄金ガレイの揚げ煮(かぼちゃ、なす、しいたけ) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(カニカマ) アジの蒲焼き れんこんの挟み揚げ 甘エビの南部揚げ 鶏天盛り合わせ(全5品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイの照り焼き 鶏肉の竜田揚げ れんこんの甘酢漬け サバの味噌煮(にんじん、竹の子、ふき) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) サーモンの塩焼き 甘エビフライ かぼちゃのフレンチ和え 豚バラ肉と大根の小川煮 マスタードあんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(青のり) シルバーの西京焼き ブラックタイガーの塩煮 さつま芋フライ フグ天盛り合わせ(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) 鶏肉の柚子こしょう焼き エビのしそ巻き揚げ アスパラの醤油漬け タラの衣揚げあんかけ れんこんのきんぴら風
7月16日(月)	7月17日(火)	7月18日(水)	7月19日(木)	7月20日(金)	7月21日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 アカウオのみりん醤油焼き クラゲの焙煎ごま和え タラのザンギ 豚肉のパン粉焼き スパゲティ粒マスタード 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ツナ、三葉) 銀ガレイの西京焼き かまぼこの香り揚げ 里芋の旨煮 エビフライ盛り合わせ(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) サーモンの焼き漬け 鶏肉の唐揚げ アスパラのもろみ漬け サバの甘辛煮(大根、肉団子、なす) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 ニシンソフトの甘露煮 ウインナーのケチャップ煮 エビ進丈の磯部巻き 豚ヒレ肉のせんべいカツ こふき芋 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイのみりん漬け アスパラのごま和え ホタテフライ すきやき風煮込み 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) タラのねぎ塩焼き エビフライ なると巻き 黄金ガレイの炊合せ(大根、がんも、舞茸)
7月23日(月)	7月24日(火)	7月25日(水)	7月26日(木)	7月27日(金)	7月28日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの照り焼き 春菊の和風ごま和え れんこんの衣揚げ フグザンギ盛り合わせ(全4品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 サケの南蛮漬け 肉団子の照り煮 エノキとジャコの生姜煮 手羽元のスープ煮(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの西京焼き ハムカツ かぼちゃの旨煮 かき揚げ盛り合わせ(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(三葉) サンマの蒲焼き れんこんのきんぴら エビ団子煮ころがし 白身魚の衣揚げあんかけ(全5品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) ホッケの塩麹焼き 甘エビのフリッター ピリ辛こんにゃく 煮込みハンバーグ スパゲティナポリタン 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 紅サケの塩焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃの旨煮 エビ天盛り合わせ(全6品)
7月30日(月)	7月31日(火)				
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(千草焼き) ハマチの照り焼き アスパラのからし醤油 角こんにゃくのピリ辛煮 手作りさつま揚げ ホッケの甘酢あんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(すき煮) 銀ガレイの西京焼き 菜の花のおかか和え 里芋の南部揚げ 鶏肉とごぼうの串カツ 野菜炒め 				

※色彩と栄養面を考慮し、カテゴリーの内容と異なるおかずの日もございます。
 ※土曜日のご注文・配達に関しては対象者のみとなります。

7月のメニュー

TEL. **011-613-0141**
 FAX. **011-612-0311**

受付時間
 月曜日～金曜日
 10:00～17:00



[1食平均 773kcal、食塩相当/4.3g使用]

メニュー内容

ごはん(2マス) / 白米+炊込ごはん(赤飯・いなり寿司の日も!)

⊕ おかず(7マス) / 焼き物+煮物+揚げ物

750円+税

(税込810円)

7月2日(月)	7月3日(火)	7月4日(水)	7月5日(木)	7月6日(金)	7月7日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(すき煮) 銀ガレイの西京焼き 菜の花のおかか和え 里芋の南部揚げ 鶏肉とごぼうの串カツ 野菜炒め なすのそぼろ煮 信田巻き八方あんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ふくさ焼き) アジの塩焼き クラゲの焙煎ごま和え 若鳥の山椒焼き イカフライ盛り合わせ(全5品) じゃがいもの田舎煮 切り干し大根 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) ホッケの塩麹焼き ナムル メンチカツ ゴロゴロ肉じゃが チンジャオロース 鶏肉のザンギ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(鶏そぼろ) サンマの柔らか煮 ふきのきんぴら ちくわチーズの香り揚げ 鶏肉のソテー 温野菜サラダ 五目巾着の煮物 ホタテの酢味噌和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの西京焼き フグの唐揚げ ホタテの時雨煮 ニンソフトの甘露煮 なすの油煮 ニラと玉子のオイスター炒め 豚肉の角煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(小ねぎ) サケの南蛮漬け ポテトコロッケ 串うち肉団子 カジキマグロのステーキ仕立て素揚げ野菜添え ヒレカツ アスパラのごまドレ和え
7月9日(月)	7月10日(火)	7月11日(水)	7月12日(木)	7月13日(金)	7月14日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの塩焼き 鶏肉の桑焼き アサリの生姜味噌煮 黄金ガレイの揚げ煮(かぼちゃ、なす、しいたけ) しゅうまい(銀あんかけ) エビのわさびドレ和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(カニカマ) アジの蒲焼き れんこんの挟み揚げ 甘エビの南部揚げ 鶏天盛り合わせ(全5品) マーボー春雨 揚げなすの含め煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイの照り焼き 鶏肉の竜田揚げ れんこんの甘酢漬け サバの味噌煮(にんじん、竹の子、ふき) フグのザンギ スパゲティナポリタン 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) サーモンの塩焼き 甘エビフライ かぼちゃのフレンチ和え 豚バラ肉と大根の小川煮 マスタードあんかけ ポテトコロッケ もやしと春菊の黒ごま和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(青のり) シルバーの西京焼き ブラックタイガーの塩煮 さつま芋フライ フグ天盛り合わせ(全6品) サンマの柔らか煮 鶏肉のフリッター 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) 鶏肉の柚子こしょう焼き エビのしそ巻き揚げ アスパラの醤油漬け タラの衣揚げあんかけ れんこんのきんぴら風 サケのザンギ かぼちゃの小倉煮
7月16日(月)	7月17日(火)	7月18日(水)	7月19日(木)	7月20日(金)	7月21日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 アカウオのみりん醤油焼き クラゲの焙煎ごま和え タラのザンギ 豚肉のパン粉焼き スパゲティ粒マスタード イカの酢味噌和え なすの油煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ツナ、三葉) 銀ガレイの西京焼き かまぼこの香り揚げ 里芋の旨煮 エビフライ盛り合わせ(全6品) ごぼう巻きの田舎煮 ナムル 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) サーモンの焼き漬け 鶏肉の唐揚げ アスパラのもろみ漬け サバの甘辛煮(大根、肉団子、なす) メンチカツ エビ団子の甘酢あんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 ニンソフトの甘露煮 ウインナーのケチャップ煮 エビ進丈の磯部巻き 豚ヒレ肉のせんべいカツ こふき芋 菜の花のからし醤油 大根と揚げの煮しめ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイのみりん漬け アスパラのごま和え ホタテフライ すきやき風煮込み エビチリソース マカロニサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) タラのねぎ塩焼き エビフライ なると巻き 黄金ガレイの炊合せ(大根、がんも、舞茸) 鶏肉のザンギ ホイコーロー
7月23日(月)	7月24日(火)	7月25日(水)	7月26日(木)	7月27日(金)	7月28日(土)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの照り焼き 春菊の和風ごま和え れんこんの衣揚げ フグザンギ盛り合わせ(全4品) マーボーなす 大根のおでん煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 サケの南蛮漬け 肉団子の照り煮 エノキとジャコの生姜煮 手羽元のスープ煮(全6品) ホッケフライ イカの酢味噌和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの西京焼き ハムカツ かぼちゃの旨煮 かき揚げ盛り合わせ(全6品) ふきとさつま揚げの煮物 菜の花のごまポン和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(三葉) サンマの蒲焼き れんこんのきんぴら エビ団子の煮ころがし 白身魚の衣揚げあんかけ(全5品) 切り干し大根 アカウオの南蛮漬け 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) ホッケの塩麹焼き 甘エビのフリッター ピリ辛こんにゃく 煮込みハンバーグ スパゲティナポリタン ポテトサラダ 菜の花のからし和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 紅サケの塩焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃの旨煮 エビ天盛り合わせ(全6品) ひりょうずの含め煮 ホタテフライ
7月30日(月)	7月31日(火)				
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(千草焼き) ハマチの照り焼き アスパラのからし醤油 角こんにゃくのピリ辛煮 手作りさつま揚げ ホッケの甘酢あんかけ エビチリソース ふきの土佐煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(すき煮) 銀ガレイの西京焼き 菜の花のおかか和え 里芋の南部揚げ 鶏肉とごぼうの串カツ 野菜炒め なすのそぼろ煮 信田巻き八方あんかけ 				

※色彩と栄養面を考慮し、カテゴリーの内容と異なるおかずの日もございます。
 ※土曜日のご注文・配達に関しては対象者のみとなります。