

8/3 月 瀬戸内レモン果汁入り さっぱりチキンカツ 肉と野菜の創味シャンタン炒め ペペロンチーノ 青菜と干しエビの和え物 熱量/498kcal	4 火 あいびきメンチ ジンジャーソース カレイときのこのクリーム煮 春雨マヨサラダ ナムルもやし 熱量/505kcal	5 水 一番人気! のり唐めんたい弁当 タルタルソースパック添え ソース焼そば きんぴらごぼう 明太子と味付けのり 熱量/577kcal	6 木 インフライト 茄子の肉みそ炒め ハムステーキ 五目旨煮 ひじきと枝豆煮 ピーマンとちくわのおかか煮 熱量/428kcal	7 金 さっぱりとり天おろし 牛肉コロッケ インディアンスパゲティ もやしと青菜のナムル 洋風きんぴら 熱量/584kcal	8 土 豚とピーマンのチリソース炒め 五目野菜の旨煮 ちくわといんげんのゴマ油炒め 熱量/483kcal
10 月 フライドチキン 甘辛酢ソースかけ 麻婆豆腐 高菜明太スパゲティ 洋風根菜煮 熱量/537kcal	11 火 山の日	12 水 夏季休業日	13 木 夏季休業日	14 金 夏季休業日	15 土 夏季休業日
17 月 四角いハムカツ マヨソース 夏野菜カレー 小松菜ともやしの旨塩炒め 切干大根煮 熱量/474kcal	18 火 豆腐ハンバーグ 北海道わさびソース おいしいササミカツ コーンコロッケ ナスのさっぱり煮 熱量/503kcal	19 水 キャベツメンチ イタリアンソース 目玉焼風オムレツ 豆腐と青梗菜の旨煮 小松菜のおひたし 熱量/534kcal	20 木 ハムチーズフライ ヘルシーチキンのマスタードソース 夏野菜とソーセージのトマト煮込み インゲンおひたし チンゲン菜と切干のナムル 熱量/520kcal	21 金 ハンバーガー ハンバーグデミソース 海老カツ マカロニコーンサラダ 紅生姜揚げと大根煮 レンコンキンピラ 熱量/480kcal	22 土 豚肉の冷しゃぶ仕立て いんげんとちくわの煮びたし 焼き魚 熱量/509kcal

● 昼食は直射日光の当たらない涼しい場所でご保管し
配達当日の午後一時迄にお召し上がりください