

2020年われもこう弁当

7月のこんだて表

TEL 24-2053
TEL 0120-63-0065
FAX 24-2053

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>～レジ袋有料化のお知らせ～ 7月1日以降 お持ち帰りレジ袋を有料化致します サイズ問わず1枚5円 ご希望のお客様はお声かけください ご理解、ご協力をお願い申し上げます。</p>		<p>1 ごはん 鶏のさっぱり煮 中華炒め 南瓜サラダ 840Kcal</p>	<p>2 ごはん 鯖の明太マヨ焼き 筑前煮 甘酢はくさい 738Kcal</p>	<p>3 ごはん 鰯の南蛮漬け 炊き合わせ 法蓮草のお浸し 704Kcal</p>
<p>6 ごはん お好み焼きチキン チリソース炒め ごまあえ 705Kcal</p>	<p>7 ごはん 鯖の南部焼き 五目大豆煮 コールスロー 663Kcal</p>	<p>8 ごはん いかの香味揚げ 炊き合わせ 中華風酢の物 792Kcal</p>	<p>9 ごはん タラのポテトクリーム焼き 炊き合わせ 梅肉あえ 719Kcal</p>	<p>10 ごはん てんぷら ピリ辛茼蒿 からし酢あえ 737Kcal</p>
<p>13 ごはん 大葉つくね 土佐煮 胡麻味噌あえ 755Kcal</p>	<p>14 ごはん 赤魚の煮つけ 焼きそば ツナマヨあえ 796Kcal</p>	<p>15 ごはん とりのからあげ ひじきの炒り煮 マカロニサラダ 849Kcal</p>	<p>16 ごはん 太刀魚のピリ辛焼き 高野の含め煮 酢味噌あえ 764Kcal</p>	<p>17 ごはん 冷しゃぶ きんぴら ビーフン炒め 881Kcal</p>
<p>20 ごはん 豚のケチャップソテー 切り干し大根煮 梅おかかあえ 745Kcal</p>	<p>21 ごはん 海老玉チリソースかけ 里芋の煮物 昆布あえ 851Kcal</p>	<p>22 ちらし寿司 白身魚フライ 茄子の揚げ浸し スパサラダ 718Kcal</p>	<p>23 海の日</p>	<p>24 スポーツの日</p>
<p>27 ごはん コロッケ 竹輪の炒り煮 ドレッシングあえ 729Kcal</p>	<p>28 ごはん 塩鮭 切り干しナポリタン ゴママヨあえ 668Kcal</p>	<p>29 ごはん 照焼きチキン 蓮根のきんぴら ゆかりあえ 709Kcal</p>	<p>30 ごはん 赤魚のカレーマヨ焼き 南瓜の煮物 小松菜の中華あえ 725Kcal</p>	<p>31 ごはん すき焼き風煮 焼き茄子 ツナマヨあえ 766Kcal</p>