

(株)ヤオハルフーズ 7月 Cランチメニュー

日	献立	日	献立
1 (月)	イカカツ&焼売 切干大根の白だし和え 春雨サラダ 634kcal	16 (火)	野菜コロッケ&ウィンナーの天ぷら ピーマンの青じそサラダ 炒り豆腐 711kcal
2 (火)	ジャーマンポテトフライ&けいちゃん焼き風 玉葱としめじのさっと煮 山菜のポン酢和え 584kcal	17 (水)	チーズハムクランチカツ&白菜とソーセージ炒め ザーサイの和え物 こふき芋 645kcal
3 (水)	味噌カツ ひじきの旨煮 まめまめサラダ 691kcal	18 (木)	冷やしうどん 豆腐の煮物 小松菜の甘辛炒め 640kcal
4 (木)	春巻き&オムレツ&ハヤシシチュー ココロコ筍の甘辛煮&チンゲン菜のだし煮 628kcal	19 (金)	グラタンつくね&エビカツ&カレー だいコーンサラダ ワカメとカニカマの和風和え 653kcal
5 (金)	海鮮串フライ&ナポリタンスパゲティー キムチ炒め 玉葱と椎茸和え 612kcal	20 (土)	☆お楽しみメニュー☆
6 (土)	☆お楽しみメニュー☆	21 (日)	
7 (日)		22 (月)	ハンバーグ&ポトフ風 ビーフンの和風サラダ 小松菜と絹さやの味噌和え 639kcal
8 (月)	ミートコロッケ&揚げ餃子 糸こんにゃくと大豆の煮物 シューマイ 726kcal	23 (火)	アジフライ&キムチ炒め 和風スパゲティー カリフラワーの胡麻和え 635kcal
9 (火)	タレカツ マカロニサラダ 野菜の煮物 692kcal	24 (水)	南瓜コロッケ&野菜春巻き 玉葱のゆかり和え 蒟蒻サラダ 693kcal
10 (水)	白身魚青のりフライ&さつま揚げ ワカメのジンジャーソテー 白菜のだし煮 599kcal	25 (木)	イカフライ&肉団子 豆腐と絹さやの煮物 人参のサラダ 666kcal
11 (木)	グラタンハンバーグ&焼きそば 高野豆腐の煮物 キャロットラペ風 642kcal	26 (金)	冷やしラーメン ピーマンと小松菜のにんにく和え 枝豆天 631kcal
12 (金)	カレーコロッケ&イカフライ 蒟蒻の和風サラダ 大根の煮物 604kcal	27 (土)	☆お楽しみメニュー☆
13 (土)	☆お楽しみメニュー☆	28 (日)	
14 (日)		29 (月)	アジ大葉フライ&竹輪天&ジャワカレー 人参と木耳のなます フライドポテト 582kcal
15 (月)	かき揚げ&さつま芋天ぷら&竹輪天 春雨の中華煮 玉葱の塩昆布和え 572kcal	30 (火)	海鮮串フライ&塩焼きそば 刻み昆布の煮付 キャベツとミックスベジの和え物 611kcal
		31 (水)	チーズ入りコロッケ 小松菜のお浸し 蒟蒻の味噌煮 600kcal

• 仕入れの都合により献立の変更がある場合がありますのでご了承下さい。

• ご飯は国内産の白米を使用しております。



暑くなってまいりました。

お弁当は14時頃までにお召し上がり頂けます様、お願い申し上げます

