

# (株)ヤオハルフーズ 7月Dランチメニュー

日	献立	日	献立
1 (火)	メンチカツ&ハムステーキ 豆腐のチリソース風 ワカメと生姜の酢の物 785kcal	16 (水)	味噌カツ&もろこし焼き 塩麻婆豆腐風 キャベツのごまドレサラダ 751kcal
2 (水)	かき揚げ&鶏天&さつま芋天ぷら 揚げギョーザ 蒟蒻煮 689kcal	17 (木)	イカカツ&野菜とひじきの豆腐焼き 中華あん カレー ザーサイの和え物 684kcal
3 (木)	うずら串フライ&野菜つくね&豚すき 赤はんぺん キャベツの旨煮 817kcal	18 (金)	鶏肉塩麹漬け&バイクドエッグ&夏野菜のトマト煮 豆腐の煮物 木耳の佃煮 661kcal
4 (金)	魚の南蛮風&揚げ出し豆腐 かき揚げ ジャガ芋の黒胡麻和え 624kcal	19 (土)	☆お楽しみメニュー☆
5 (土)	☆お楽しみメニュー☆	20 (日)	
6 (日)		21 (月)	カレーコロッケ&ギョーザ&鶏肉きのこの中華炒め 竹輪天 白菜の中華煮 696kcal
7 (月)	ハンバーグ 照り焼きソース&ミニフランク クリームシチュー 高野豆腐和え 801kcal	22 (火)	アジフライ&海鮮お好み焼き&豚肉の甘辛炒め チリコンカン 人参サラダ 722kcal
8 (火)	豚ロース蒲焼き&アジ大葉梅肉フライ 塩焼きそば 白菜のキムチ和え 689kcal	23 (水)	エビカツ&オムレツ&タコ焼き トマトバジルパスタ 玉葱の甘酢生姜和え 716kcal
9 (水)	エビフライ タルタルソース&チヂミ インゲン天 カリフラワーのジンジャーソテー 712kcal	24 (木)	ササミフライ&レンコンつくね&スタミナ炒め 生姜天 小松菜のチーズ胡椒炒め 753kcal
10 (木)	チキンの香草焼き&塩マーボー豆腐 ハヤシシチュー キャロットラペ風 833kcal	25 (金)	冷やし海老天うどん ザワークラウト ブロッコリーの中華煮 665kcal
11 (金)	春巻き&白身魚青のりフライ&鶏肉と野菜のチョレギ炒め はんぺん 茄子の塩だれ和え 685kcal	26 (土)	☆お楽しみメニュー☆
12 (土)	☆お楽しみメニュー☆	27 (日)	
13 (日)		28 (月)	鶏の竜田揚げ&ハンバーグ ジャワカレー 小松菜の塩だれサラダ 861kcal
14 (月)	和風唐揚げ&シューマイ 野菜コロッケ 白菜のポン酢和え 822kcal	29 (火)	冷やし中華 鶏ももの明太子焼き ギョーザ 748kcal
15 (火)	豚肉のソテー&二郎饅頭 かき揚げ ジャガ芋のコンソメ煮 778kcal	30 (水)	チキンフライ&さつま揚げ&焼肉炒め 豆腐あんかけ 玉葱としめじ煮 678kcal
		31 (木)	魚の照り焼き&ハムカツ キムチ白菜和え まめまめサラダ 730kcal

• 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**

