

献立表

茜 akane
(ごはん付) 420円(税込)

Kランチ 420円(税込)

ご注文は前日午後3時までお願いします



2020
10/1~31



ご注文 & お問い合わせ

高崎共同食事協同組合
群馬県高崎市上豊岡町561番地
TEL:027-343-8555
FAX:027-343-8561
(ご注文受付時間:午前8時~午後3時)

月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY	土 SATURDAY
<p>茜のご飯 (国産米100%) 1食あたり エネルギー320Kcal タンパク質5.5gです</p>	<p>茜のみ ごはんの小盛りを 販売しております。 前日午後3時までの ご注文でお願い致します。 (Kランチは小盛りの対応はございません。ご了承ください)</p>	<p>お願い ★お弁当は隣の当たらない涼しい場所 に置き、13:30迄にお召上がり下さい ★弁当容器のまま電子レンジに かけないで下さい 万が一、お弁当に異変を感じましたら</p>	<p>茜 鎌倉ハムカツ れんこんきんぴら もやしと青菜おかか和え 南瓜甘煮</p>	<p>茜 ビーフメンチカツ ミックスドームオムレツ 大根のコンソメ煮 フランク</p>	<p>茜 白身魚フライ かにしゅうまい ひじき炒り煮 大豆のそぼろ味噌</p>
			<p>Kランチ 栗ごはん 赤魚の塩焼&カニ巻玉子 糸昆布炒り煮 鶏とニンニクの芽のピリ辛炒め</p>	<p>Kランチ ごまごはん 広東風甘酢鶏炒め ミニ春巻&きのこしゅうまい たまご焼</p>	<p>Kランチ</p>
<p>5 茜 アジの唐揚げ甘酢あんかけ えび入り蒸しぎょうざ ごま油香るきんぴら ほうれん草おひたし</p>	<p>6 茜 茄子と豚肉の甘辛炒め チーズソースinかぼちゃの包み揚げ 高菜入りまんじゅう 若布サラダ</p>	<p>7 茜 旨み唐揚げ 野菜の煮物 もやしと枝豆炒め 小松菜おかか和え</p>	<p>8 茜 ハンバーグのトマトチーズソース 煮たまご ブロッコリー大根サラダ ひじきと大豆の煮物</p>	<p>9 茜 四川風とりたま炒め いか天ぷら 中華風サラダ 枝豆のふわふわ豆腐</p>	<p>10 茜 やわらかロース豚カツ 糸昆布炒り煮 インゲンごまみそ和え きんぴらごぼう</p>
<p>Kランチ 発芽玄米ごはん ハンバーグの野菜トマトソース 卵とうふ 花がんと煮</p>	<p>Kランチ ターメリックライス 焙煎カレー イカフライ&いんげんソティ 甘酢肉団子</p>	<p>Kランチ 卵おかかごはん 海鮮塩焼きそば 三角春巻 浅漬けザーサイ</p>	<p>Kランチ とりそぼろごはん カレイの唐揚げ マカロニサラダ たまご焼</p>	<p>Kランチ 二色ごはん チキンカツ&とうもろこしの香ばし揚 鯖みりん焼 じゃがいものコンビーフ炒め</p>	<p>Kランチ</p>
<p>12 茜 国産さけミンチタルタルソースin 海老はんぺん揚 カリフラワーとベーコンのソティ ウインナー</p>	<p>13 茜 サクッとフライドチキン 高野豆腐と豚肉の煮物 キャベツのピーナツ和え 茄子のバーベキュー炒め</p>	<p>14 茜 さばの味噌煮・ししとう カレーコロッケ&厚焼玉子 豚肉とごぼうの山賊炒め ほうれん草とワカメ和え</p>	<p>15 茜 鶏肉のピザ風グリル いかフライ ベーコンと切干大根煮 豆乳入花しんじょ</p>	<p>16 茜 プルコギ サクッとクリーミーコーンフライ マカロニサラダ ほっくりさつま芋の煮物</p>	<p>17 茜 エビカツ 焼ギョーザ そぼろ肉じゃが キャベツの塩麹あえ</p>
<p>Kランチ スパゲティミートソース ミニピラフ 焼き栗コロッケ キャベツの即席漬け</p>	<p>Kランチ カリカリ梅ゆかりごはん 焼肉炒め&うずら卵串フライ パンキンサラダ キャベツのピーナツ和え</p>	<p>Kランチ たまごふりかけごはん エビフライ ごぼうサラダ 浅漬けザーサイ</p>	<p>Kランチ 五目炊き込みごはん 白身魚のから揚げ&スクランブルエッグ もやし木くらげ炒め ブロッコリーのねぎ塩かつお和え</p>	<p>Kランチ 五穀米ごはん 鶏の唐揚 小松菜と大根塩だれ和え たまご焼</p>	<p>Kランチ</p>
<p>19 茜 ソース豚カツ たけのこしゅうまい ほうれん草和風ペロンチーノ 大根とみかんの柚子サラダ</p>	<p>20 茜 〔サービスメニュー〕五目寿司 豆腐とひき肉包み揚げ チリソース 完熟トマトのライスコロッケ 大人味のポテトサラダ</p>	<p>21 茜 和風おろしハンバーグ ミニかぼちゃフライ コールスローサラダ お豆といんげん醤油炒め</p>	<p>22 茜 照りタルチキン フランク 大葉香る春巻 さっぱり和え</p>	<p>23 茜 甘辛メンチ 辛子(P) ふっくらオムレツ さんまやわらか煮 ブロッコリーサラダ</p>	<p>24 茜 アジフライ 野菜ミンチ巻 大根マリネ 枝豆炒め</p>
<p>Kランチ 山菜ごはん きのこ肉じゃが お魚カレーフライ 甘酢肉団子</p>	<p>Kランチ たまご青菜ごはん 豚肉のトマト炒め&いかフライ ロールキャベツ 炒り大豆</p>	<p>Kランチ 香ばしオニオンライス こだわり本格チキンカレー ウインナーポパイソティ パイン缶</p>	<p>Kランチ 発芽玄米ごはん ヒレカツおろしソース ごぼうサラダ 鯖の塩焼</p>	<p>Kランチ ひとくち鰻の蒲焼丼 カニフラワーオムレツ マカロニサラダ さつま芋の甘露煮</p>	<p>Kランチのカロリーは 550Kcal(平均)です ご飯は国産米100%です</p>
<p>26 茜 チキンカツ おかずきんぴら やわらか彩り野菜つみれ れんこんのめんたいマヨサラダ</p>	<p>27 茜 ミートボールのトマトクリームソース 野菜コロッケ チンゲン菜と椎茸炒め キャロットサラダ</p>	<p>28 茜 豚肉と野菜のハニーソースがらめ えびしゅうまい うずら卵串フライ 高野豆腐の煮物</p>	<p>29 茜 旨み唐揚げ じゃがいもの和風マヨサラダ カリフラワーのソティ 松前風高菜</p>	<p>30 茜 秋のキーマカレー カニクリームコロッケ 五目煮豆 小松菜お浸し</p>	<p>31 茜 照焼チキン 玉子サラダフライ 春雨と野菜の生姜炒め もやし木くらげ炒め</p>
<p>Kランチ 沖縄風炊き込みごはん エビフライ&星オムレツ 里芋ごま煮 浅漬けザーサイ</p>	<p>Kランチ たまごふりかけごはん チーズハムカツ パンキンサラダ 糸昆布炒り煮</p>	<p>Kランチ そぼろと枝豆のおすし いか天ぷら&カニカマ天 レンコン金平 もやしと青菜の塩だれ和え</p>	<p>Kランチ 牛丼 サーモンタルタルメンチ 水菜のサラダ フルーツゼリー</p>	<p>Kランチ きのこさつまいものごはん 鶏肉のサムジャン焼き ごぼうサラダ ホタテ風味フライ</p>	<p>清潔な容器でお召し上がりいただく為ご協力下さい ・ふりかけのバックや割り箸、 ガムなどはお弁当の中に入れて 別に捨てるようにお願い致します。</p>