

献立表

茜 akane (ごはん付) 440円 (税込) **Kランチ** 440円 (税込)

ご注文は前日午後3時までをお願いします

2022

12/1~31



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>みどり色のメニューは新作&おすすめの一品です。ぜひ食べてみてください。</p>	<p>茜のご飯 (国産米100%) 1食当たり エネルギー320Kcal タンパク質5.5gです</p>	<p>茜・Kランチ 麺弁当のごはんは、コシヒカリを使用しております。</p>	<p>茜 ソース豚カツ & ソースミニいかフライ 花野菜と卵のマヨ炒め ひじき炒り煮</p>	<p>茜 青のり 白身魚の磯辺フライ & 肉団子 おかずきんぴら チリトマトポテト炒め</p>	<p>茜 エビカツ & ジャンボシューマイ 根菜の炒め物 ほうれん草とキャベツの白ごま和え</p>
5	6	7	8	9	10
<p>茜 岡山風デミカツ 高野豆腐のすき煮風 小松菜とパプリカおかか和え</p>	<p>茜 旨み唐揚げ 野菜の含め煮 中華きんぴら</p>	<p>茜 豚キムチとニラの芽卵炒め & 野菜コロケ キャベツと若布のごま和え こんにゃくそぼろ煮</p>	<p>茜 ハンフライ DAY 洋食屋さんのハンバーグ & ふつくらオムレツ 筑前煮 青菜とキャベツお浸し</p>	<p>茜 ささみ天の南蛮タルタル & 醤油味の旨味イカカツ ピリ辛そぼろ大根炒め ブロッコリーのおかか和え</p>	<p>茜 たこキャベツカツ & 野菜ミンチ巻き 切干大根煮 茄子と枝豆のトマト煮</p>
<p>Kランチ とりそぼろごはん 白身魚フライ & たまご焼 がんも煮 カリフラワーサラダ</p>	<p>Kランチ たまご青菜ごはん さけの西京焼き カニカマ天 & 肉団子 インゲンとハムのソテー</p>	<p>Kランチ あさりごはん はんぺんフライ 黒酢あんのかき揚げ もやしと枝豆炒め</p>	<p>Kランチ たらこスパゲティ ミニ親子丼 甘えびクリームコロケ たこ焼き</p>	<p>Kランチ 発芽玄米ふりかけごはん 豚肉のトマト炒め 厚焼玉子 マカロニカレーサラダ</p>	<p>Kランチ</p>
12	13	14	15	16	17
<p>茜 トンカツのおろしダレ & アジフライ * 辛子P ごぼうとこんにゃく南蛮炒め いんげん卵炒め</p>	<p>茜 手作りゴマのメンチカツ & たまご焼き 若布サラダ 大根と竹輪辛味ガーリック炒め</p>	<p>茜 こく旨豚肉と切干焼肉炒め & ゴロゴロいかメンチ 明太マカロニサラダ 枝豆ひじき煮</p>	<p>茜 ハムカツ & チキンカツ ごま油香るきんぴら れんこんキムチ炒め</p>	<p>茜 ハンフライ DAY 辛口カレー & フランク 照焼きハンバーグ チンゲン菜とメンマのナムル 柚子だいこん</p>	<p>茜 チキンステーキ & 牛肉コロケ 野菜の煮物 小松菜ともやしの塩だれ和え</p>
<p>Kランチ ドライカレー チーズパン ミニかぼちゃフライ キャロットサラダ</p>	<p>Kランチ 枝豆と鶏肉の混ぜごはん 揚げギョーザ & コーンピースオムレツ ブロッコリーのツナマヨサラダ あさりと切干大根煮</p>	<p>Kランチ さけそぼろごはん 鶏の唐揚げ ニンニクの芽といか炒め 里芋煮</p>	<p>Kランチ たまご青菜ごはん ハンバーグのBBQソース ひとくちイカフライ さっぱり大根マリネ</p>	<p>Kランチ 五穀米ごはん 鶏肉のみそ炒め 厚焼玉子 五目煮豆</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>
19	20	21	22	23	24
<p>茜 <サービスメニュー> 五目炊込みごはん エビフライ & やわらかけみチーズフライ</p>	<p>茜 分厚いハムステーキ & カニクリームフライ そぼろとれんこん辛味噌炒め ブロッコリーと若布和え物</p>	<p>茜 四川回鍋肉 & 米粉メンチカツ 春雨ごまドレサラダ 竹輪と枝豆の豆板醤炒め</p>	<p>茜 赤魚の粕漬焼き & 大きな竹輪磯香天 中華風サラダ ほうれん草の柚子和え</p>	<p>茜 ハンフライ DAY Wソースハンバーグ & ウィナー チーズ入りコールスローサラダ カリフラワーカレーソテー</p>	<p>茜 白身魚フライ & オムレツ 五目煮 かくぎりポテトサラダ</p>
<p>Kランチ 発芽玄米ごはん にら玉豚キムチ ジャンボ肉団子 ごぼうの白だし金平</p>	<p>Kランチ 粒コーンピラフ チキンカツ & 揚げシューマイ 人参しりしり カニ巻玉子</p>	<p>Kランチ ちらし粥 イカフライ ホタテ風味フライ 枝豆ソテー</p>	<p>Kランチ ソースカツ丼 かぼちゃとレンコンの豆腐蒸し ポテトサラダ 春雨のうま味炒め</p>	<p>Kランチ カレーピラフ 手羽元キューリップ唐揚げ スクランブルエッグ プチホイップケーキ</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頃にお召し上がり下さい ★お弁当のままで電子レンジに かけないで下さい 万が一、お弁当に異変を感じましたら 食べずに至急弊社までご連絡下さい</p>
26	27	28	<p>12/29(木)~1/4(水)まで年末年始休業とさせていただきます。</p> <p>今年も皆様からのたくさんのご注文ありがとうございました 2023年もどうぞよろしくお願ひ致します</p>		
<p>茜 ジャンボチキンカツ & 赤ウインナー ひじき炒り煮 コンソメのり塩ポテト</p>	<p>茜 スパイシードライカレー & うずらの玉子 野菜コロケ レンコンごま油炒め</p>	<p>茜 ハンフライ DAY 鶏肉の竹ムジャン焼 & ジャンボ肉団子 オムレツ*ケチャップ 切干大根煮</p>			
<p>Kランチ たらこふりかけごはん ミニ厚切ハムカツ & たまご焼 小松菜お浸し 枝豆ソテー</p>	<p>Kランチ とりそぼろごはん えびとブロッコリーのマヨサラダ 揚げギョーザチリソース カニとワカメさっぱり和え</p>	<p>Kランチ たまごふりかけごはん ハンバーグのケチャップソース イカフライ 枝豆と竹輪炒め</p>			