

献立表

茜 akane
(ごはん付) 500円(税込)

Kランチ
500円(税込)

ご注文は前日午後3時までをお願いします

2024

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
	1	2	3	4	5
<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 のり舟風ごはんの上ののせて</p> <p>白身魚フライ&竹輪天味付けのりP 中華風サラダ コーンと切干炒め 有明海産</p> <p>327 2.7</p> <p>Kランチ</p> <p>発芽玄米ごはん 四川回鍋肉 ミニ春巻 プチゼリー</p> <p>517 2.3</p>	<p>茜</p> <p>イカ姿メンチ&たこちゃんウイナー ひじきと野菜の煮物 じゃが芋のトマト煮</p> <p>413 2.2</p> <p>Kランチ</p> <p>たらこふりかけごはん チキンカツ&エビシューマイ カリフラワーサラダ コーンソテー</p> <p>565 1.9</p>	<p>茜</p> <p>すき焼き風コロッケ & つくね焼き キムたくビーフン 小松菜おかつ和え</p> <p>398 3.4</p> <p>Kランチ</p> <p>沖縄タコライス コーンクリームシチュー フルーツMIX おさつコロッケ</p> <p>574 1.9</p>	<p>茜</p> <p>豚ロースの生姜炒め & 親子風オムレツ レンコンごま油炒め 大根マリネ</p> <p>307 2.1</p> <p>Kランチ</p> <p>とりとぼろごはん はんぺんフライうずら卵串77イ 五目煮豆 みかん缶</p> <p>582 2.1</p>	<p>茜</p> <p>野菜コロッケ & 甘辛ダレのささみフライ 糸昆布炒り煮 いんげんごまみそ和え</p> <p>357 3.4</p>
	7	8	9	10	11
<p>茜</p> <p>アジフィレフライ*タルタルソース 高野豆腐煮 チンゲン菜とワカメナムル</p> <p>533 3.2</p> <p>Kランチ</p> <p>ゆかりごはん 焼肉炒め マカロニカレーサラダ チーズ入焼かまぼこ</p> <p>530 3.0</p>	<p>茜</p> <p>BIGハンバーグの和風おろしソース ひじき炒り煮 春菊ともやしのごま和え</p> <p>393 3.9</p> <p>Kランチ</p> <p>ドライカレー 牛肉コロッケ&えびチリソース 枝豆と竹輪の豆板醤炒め オレンジゼリー</p> <p>564 3.3</p>	<p>茜</p> <p>鶏肉のミートソース & 醤油味の旨味イカカツ 切干大根煮 さっぱり和え</p> <p>407 2.5</p> <p>Kランチ</p> <p>たまごふりかけごはん さけの西京焼き 肉豆腐 花がんも煮</p> <p>547 2.4</p>	<p>茜</p> <p>新潟風たれカツ & 厚焼玉子 春雨の炒め物 ブロッコリーのねぎ塩かつお和え</p> <p>353 2.4</p> <p>Kランチ</p> <p>ごまごはん ハンバーグの野菜トマトソース 青菜と油揚げのお浸し プチチョコ</p> <p>535 1.9</p>	<p>茜</p> <p>ブルコギ炒め & コロッケ マカロニサラダ 肉団子</p> <p>472 3.0</p> <p>Kランチ</p> <p>高菜ごはん 自慢の竜田揚げ ミニお好み焼き 大根と枝豆炒め</p> <p>633 3</p>	<p>茜</p> <p>エビカツ & 焼き餃子 コーンとジャガイモ煮 キャベツの塩麹和え</p> <p>323 2.5</p>
14	15	16	17	18	19
<p>*スポーツの日*</p>	<p>茜</p> <p>スパイシードライカレー & 牛肉コロッケ 春雨とほうれん草のサラダ いんげん黒胡椒炒め</p> <p>432 3.8</p> <p>Kランチ</p> <p>さけとぼろごはん 肉じゃが エビカツ みかん缶</p> <p>434 1.5</p>	<p>茜</p> <p>四川回鍋肉 & しゅうまい2種 キンピラ かくぎりポテトサラダ</p> <p>426 2.5</p> <p>Kランチ</p> <p>青菜ごはん イカフライ キャベツと春雨のソテー さつま芋の甘露煮</p> <p>555 2.4</p>	<p>茜</p> <p>ジューシー 鶏もも肉!! 大分風から揚げ</p> <p>480 2.9</p> <p>Kランチ</p> <p>ターメリックライス 焙煎カレー 野菜コロッケ りんごゼリー</p> <p>549 2.3</p>	<p>茜</p> <p>でら旨台湾ミンチカツ & マルちゃん焼きスパ もやしナムル えび入り蒸ししょうぶ</p> <p>417 2.0</p> <p>Kランチ</p> <p>ジャンバラヤ 彩り春雨サラダ オムレツのたらこマヨソース わかめときのこ炒め</p> <p>552 2.1</p>	<p>茜</p> <p>白身魚フライ & フランク 野菜の煮物 青菜と油揚げのお浸し</p> <p>338 2.1</p>
21	22	23	24	25	26
<p>茜</p> <p>チキン南蛮 タルタルソースP 春雨と野菜の生姜炒め れんこんマヨ醤油炒め</p> <p>368 3.0</p> <p>Kランチ</p> <p>スパゲティミートソース 胚芽ロールパン ごぼうサラダ & 星型しんじょ ミニウイナー</p> <p>498 2.8</p>	<p>茜</p> <p><サービスメニュー> 五目炊込みごはん</p> <p>ヒレカツ & 和牛100%メンチ さつま芋のマカロニサラダ</p> <p>395 2.1</p> <p>Kランチ</p> <p>五穀米ごはん 和風おろしハンバーグ ひとくちイカフライ ツナカレー炒め</p> <p>595 2.0</p>	<p>茜</p> <p>アジフライ*辛子P & 揚げギョーザのチリソース 高野豆腐煮 キャロットラペ</p> <p>383 2.4</p> <p>Kランチ</p> <p>ソースカツ丼 ごま香る春雨サラダ 鶏とれんこんの白だしきんぴら プチチョコ</p> <p>572 2.0</p>	<p>茜</p> <p>BIGハンバーグのシャリアピンソース ひじきと野菜の煮物 いんげんとベーコンソテー</p> <p>456 3.5</p> <p>Kランチ</p> <p>たまごふりかけごはん 白身魚フライ & ホタテ風味フライ 洋風お浸し パン缶</p> <p>474 2.0</p>	<p>茜</p> <p>厚切りハムカツ & エビシューマイ きんぴらごぼう 茄子のトマト煮</p> <p>346 2.3</p> <p>Kランチ</p> <p>上海風焼そば & チキンカツ ミニメロンパン ポテトサラダ 三色炒り卵</p> <p>762 1.9</p>	<p>茜</p> <p>大葉つくね焼き & いかと彩り野菜カツ 糸昆布炒り煮 ほうれん草のサラダ</p> <p>429 3.1</p>
28	29	30	31		
<p>茜</p> <p>ローストンカツ トンカツソース辛子P付 韓国風じゃが煮 いんげんのごまマヨ和え</p> <p>463 3.5</p> <p>Kランチ</p> <p>2色とぼろごはん 明太スパサラダ 揚げギョーザ & シューマイ ブロッコリーサラダ</p> <p>542 2.3</p>	<p>茜</p> <p>揚げ鶏のオーロラソース & 黒胡椒入りミニバーグ 焼きビーフンカレー 雷こんにゃく</p> <p>307 2.4</p> <p>Kランチ</p> <p>山菜ごはん 厚切りハムカツ イカといんげんの黒胡椒炒め 枝豆ソテー</p> <p>474 2.9</p>	<p>茜</p> <p>ピピンパ炒め & フランク マカロニ粒マスタードサラダ 焼きしょうぶ</p> <p>433 3.4</p> <p>Kランチ</p> <p>塩だれ豚丼 おいしいクリーミーフライ さっぱり和え ころころこんにゃく</p> <p>630 2.4</p>	<p>茜</p> <p>かぼちゃのおかずコロッケ & 鶏肉の醤油マヨ焼き ブロッコリーの大根サラダ 中華きんぴら</p> <p>373 3.1</p> <p>Kランチ</p> <p>かぼちゃのドライカレー チーズパン エビカツ ハロウィンかまぼこ</p> <p>518 2.3</p>	<p>茜のご飯 (国産米100%) 1食当たり エネルギー320kcal 蛋白質9.5gです</p> <p>Kランチのカロリー、塩分は主食も含まれています ご飯は国産米100%です</p>	<p>秋の新作メニュー</p> <p>期間限定(10/25まで) 650円税込 10/28(月)からは鍋うどん530円税込販売致します</p>