

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

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
2	3	4	5	6	7
茜 アジフライ & 真っ赤なトマトの旨みソース 糸昆布炒り煮 小松菜とパプリカおかか和え 411 3.3	茜 ジューシー 鶏もも肉!! 旨みから揚げ 野菜の含め煮 キャベツの塩だれ和え 460 3.6	茜 豚キムチ炒め & 野菜コロッケ カニカマ磯辺揚げ マカロニサラダ 385 2.8	茜 のり舟風 ごはんの上 のけて 白身魚フライ & 竹輪天 味付けのりP キンピラゴボウ いんげんとベーコンソテー 309 2.6	茜 BIGハンバーグの シャリアピンソース 五目煮 コールスローサラダ 475 3.3	茜 たこキャベツカツ 中華風サラダ 茄子のトマト煮 342 2.2
Kランチ さけとぼろごはん 照焼ハンバーグ シーズニングポテトフライ かにしぐれ 573 2.4	Kランチ ターメリックライス 焙煎カレー & コンビニオムレツ 花しんじょ アチゼリー 502 2.1	Kランチ おかかごはん イカフライ & シューマイ もやしとピーマン塩炒め 花がんと煮 449 1.8	Kランチ たらこふりかけごはん 鶏肉のみと麩焼き コンソテー みかん缶 508 1.8	Kランチ ドライカレー 黒糖ロールパン おいしいクリーミーフライ プチチョコ 588 2.8	期間限定! 鍋 うどん 販売中!
9	10	11	12	13	14
茜 スウェーデン風ミートボール煮 & グロブイカメンチ 春雨ごまドレサラダ ポテトサラダ 461 3.1	茜 厚切りハムカツ & コーンクリームフライ 若布サラダ 大根と竹輪辛味ガーリック炒め 446 3.2	茜 チャプチェ & 焼きホック・照焼ミニバーグ チンゲン菜キャベツソテー 雷こんにゃく 401 2.9	茜 ローストンカツ*辛子P 切干大根煮 春菊ともやしのごま和え 367 2.3	茜 チキンといか天の 南蛮あんかけ ふっくらオムレツ さっぱり和え 369 1.8	茜 牛肉コロッケ 野菜の煮物 小松菜のごま味噌和え 338 2.8
Kランチ 高菜ごはん メンチカツ & 厚焼玉子 鶏とれんこんの白だし金平 青菜とカマボコのお浸し 519 2.4	Kランチ ゆかりごはん さけの西京焼 & おろしミニバーグ 茄子の生姜醤油和え パイン缶 493 2.6	Kランチ たまごふりかけごはん 自慢の竜田揚げ ミニお好み焼き ころころこんにゃく 632 2.6	Kランチ 生姜と昆布の炊込みごはん 銀鮭の塩焼き 人参のたらこ炒め 炒り卵 & 肉団子 501 1.7	Kランチ 五穀米ごはん にら玉豚キムチ ミニコロッケ チーズ入り焼かまぼこ 482 2.5	清潔な容器でお召し上がりいただく為にご協力下さい ・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 ずに捨てるようにお願い致します。
16	17	18	19	20	21
茜 でら旨! 台湾ミンチカツ & フランク 大根ごま炒め いんげんツナ和え 464 3.1	茜 <サービスメニュー> 五目炊込みごはん やわらかヒレカツ & マカロニ粒マスタードサラダ 371 2.2	茜 四川回鍋肉 & 蒸し餃子・シューマイ 韓国風春雨サラダ 小松菜のお浸し 328 2.4	茜 四角いハムカツ & えびフライ 野菜の含め煮 コンソメのり塩ポテト 415 2.9	茜 白身魚の香草パン粉フライ & ミニチキンステーキ タルトソース付 中華風サラダ ピリ辛ちくわキムチ 402 2.7	茜 イカカツ 青菜とキャベツお浸し かくきりポテトサラダ 371 2.3
Kランチ 上海風焼きそば 白身魚フライ & 肉団子 糸昆布炒り煮 炒り大豆 584 2.8	Kランチ スパゲティミートソース 胚芽ロールパン コーンたっぷりフライ 大根マリネ 500 2.5	Kランチ ソースカツ丼 コチュマヨれんこんサラダ ひじき炒り煮 さつま芋の甘露煮 588 2.2	Kランチ シーフードピラフ コーンクリームチュー 洋風お浸し 彩り野菜つみれ 448 2.7	Kランチ とりとぼろごはん きのこ肉じゃが キムチ炒め みかん缶 440 1.6	
23	24	25	26	27	28
茜 スパイスドライカレー & 野菜コロッケ ひじき炒り煮 レンコン金平 357 3.3	茜 Wソースハンバーグ & ウィンナー コールスローサラダ いんげん黒胡椒炒め 415 2.8	茜 三陸産サーモンマヨフライ & メンチカツ 切干大根煮 チンゲン菜の塩ナムル 393 2.3	茜 カニクリームコロッケ & 醤油味の旨味イカカツ ごぼうとこんにゃく南蛮炒め 枝豆炒め 340 1.9	茜 アジフライ & シューマイ 糸昆布炒り煮 たっぷりごま和え 416 2.8	*年末年始休業*
Kランチ 塩だれ豚丼 ポテトサラダ たらの一ロフライ 小松菜とパプリカおかか和え 666 2.4	Kランチ 青菜ごはん ミニ厚切りハムカツ & イカリソウフライ キャベツと春雨のソテー パイン缶 521 2.6	Kランチ ふわたまきんライス 生野菜サラダ ミニかぼちゃフライ 枝豆と竹輪炒め 585 3.2	Kランチ 発芽玄米ごはん オムレツのチリソース & 揚げオムレツ 一口がんも 鶏だんご 483 2.3		
30	31	Kランチのカロリーは 550Kcal(平均)です		※27(金)鍋うどん、Kランチは お休みです ※27(金)茜はパック弁当での お届けとなります パック弁当はお客様での処分 のご協力をお願い致します	
12/28(土)~1/5(日)まで年末年始休業とさせていただきます。 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。 2025年もどうぞよろしくお願い致します。		★お弁当は隣の当たらない涼しい場所に置き、13:30迄にお召し上がり下さい ★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食わずに至急弊組合までご連絡下さい		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 下さい。	
よいお年を お迎えください		茜のご飯 (国産米100%) 1食あたり エネルギー320kcal たんぱく質5.5gです		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	