

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時までお願いします

🍀 2025 🍀
3/1~31



土 SATURDAY	
1	茜 カレーコロッケ& 甘辛ダレのささみフライ 野菜の煮物 ほうれん草お浸し
8	茜 イカ野菜カツ& 黒胡椒入りミニバーグ 中華風サラダ カリフラワーソテー
15	茜 アジフライ & フランク 切り干し大根煮 ポテトサラダ
22	茜 エビカツ& ふくらオムレツ ひじき五目煮 もやしコーン炒め
29	茜 北海道男爵コロッケ & たまご焼き ブロッコリーの大根サラダ メンマと野菜中華炒め

月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY
3	4	5	6	7
茜 野菜と塩だれ焼肉炒め& 菜の花と北海道産チーズ入りクリームコロッケ ごぼうとこんにゃく南蛮炒め ジャンボ肉団子	茜 酢豚 & 厚焼玉子 焼き餃子 ひじき炒り煮	茜 和風おろしハンバーグ & ミニチキンステーキ 春雨と野菜の生姜炒め キャロットラペ	茜 白身魚フライ&竹輪天 味付けのりP コールスローサラダ いんげん黒胡椒炒め	茜 カツ煮風 根菜の塩だれ炒め チンゲン菜もやし炒め
K ランチ おかかごはん ハムカツ&ポムデュセス マカロニカレーサラダ ころころこんにゃく	K ランチ 三色そばろ丼 たらこスパゲティ カレー回鍋肉 エビカツ	K ランチ ソースカツ丼 ごま香る春雨サラダ えびとブロッコリーの塩麹炒め コーンソテー	K ランチ たらこふりかけごはん 塩だれ焼肉&花しんじょ バターコーンコロッケ プチゼリー	K ランチ 野菜たっぷりドライカレー 黒糖ロールパン シーズニングポテトフライ みかん缶
10	11	12	13	14
茜 さっくりメンチカツ & たこちゃんウインナー ひじき炒り煮 小松菜おかか和え	茜 旨みから揚げ もやしと若布のやみつきなムル 塩麹きんぴら	茜 シビ辛麻痺揚げじゃが & かにしゅうまい マカロニサラダ 人参しりしり	茜 BIGハンバーグの シャリアピンソース 野菜の含め煮 ほうれん草サラダ	茜 チキン南蛮 特製! 手作りタルタルソース キャベツと若布のサラダ ささがきごぼう金平
K ランチ 発芽玄米ごはん & ごま昆布 白身魚フライ ビーファンカレーソテー ポムデュセス	K ランチ 高菜ごはん タッカルビ&たらの一ロフライ 茄子の生姜醤油和え たまご焼	K ランチ スパゲティミートソース 胚芽ロールパン いんげんとベーコンソテー かにしぐれ	K ランチ あさりごはん きのこ肉じゃが エビカツ さつま芋の甘露煮	K ランチ たまご青菜ごはん コブジャン味噌つくね 梅かつおザーサイ ミニウインナー
17	18	19	20	21
茜 カニクリームコロッケ & チリコンカン 鶏肉と大根のうま煮 ほうれん草お浸し	茜 やわらかヒレカツ & 厚焼玉子	茜 チャブチェ & ミニバーグ*焼きホッケ もやしとチンゲン菜のナムル ちくわカレー炒め	*春分の日*	
K ランチ さけそばろごはん チキンカツ & 豆腐ハンバーグ ジャーマンポテト チーズ入り焼かまぼこ	K ランチ ターメリックライス 焙煎カレー コーンたっぷりフライ みかん缶	K ランチ 自分で作るハンバーガー シーズニングポテトフライ チキンナゲット	K ランチ 五穀米ごはん 自慢の竜田揚げ 五目煮豆 さっぱり和え	
24	25	26	27	28
茜 サクッとデリチキン & ケチャップフランク キンピラゴボウ 大根のコンソメ煮	茜 デミソースハンバーグ & ほうれん草オムレツ 中華風サラダ かきざりポテトサラダ	茜 ほっこりみそ肉じゃが & カニカマ磯辺揚げ 春雨のしょうがドレッシングサラダ わかめきんぴら	茜 旨みから揚げ ベーコンとキャベツ塩だれサラダ ひじきツナ煮	茜 豚キムチ炒め & クリーミィフライ 若布サラダ いんげん黒胡椒炒め
K ランチ 上海風焼そば アジ大葉フライ & コーンポテトオムレツ チンゲン菜ナムル 野菜入り鶏だんご	K ランチ ごまごはん 揚げギョーザ油淋鶏ソース キムチ炒め パイン缶	K ランチ 発芽玄米ごはん & ごま昆布 メンチカツ & 星型しんじょ 一口がんも 枝豆ソテー	K ランチ ゆかりごはん 銀ダラの西京焼き 肉豆腐 キャベツナポン酢和え	K ランチ たまごふりかけごはん タンドリーチキン & エビ入蒸し餃子 茄子の油みそ カリフラワーサラダ
31	茜 ソース豚カツ レンコンごま油炒め カリフラワーソテー		茜 青菜ごはん ハンバーグのBBQソース イカじゃが煮 プチゼリー	

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。

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

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

期間限定!
鍋 うどん
好評発売中!!
3/31(月)に終了です

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)

*都合により献立が一部変更になる場合がございます。予めご了承ください。