

2017年

# 7月の献立

# 手作りのお弁当旬

## 日替わり弁当 ¥700

## 048-839-533

地域限定 2個より配達いたします


さいたま市南区別所5-1-11 生活クラブ生協1階

定休日:日曜日・祝祭日・第3土曜日

★毎月10日、20日はお楽しみ弁当となります。

( <http://bentou-syun.com/> )

☆防腐剤保存料を一切使用しておりません。お早めにお召し上がりくださいますようお願いいたします。  
 ☆仕入の都合で献立を変更することがあります。☆当日のキャンセルは、キャンセル料をいただく場合があります。  
 ☆数に限りがありますのでお早めにご注文ください。  
 ☆930円以上のご予約弁当は前日の13時までにご注文ください。

3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
◇ 梅しそフライ ◇ 魚の塩焼き ◇ マカロニサラダ ◇ 青菜のお浸し	◇ 唐揚げ ◇ 魚のレモンソース ◇ ジャーマンポテト ◇ コールスロー	◇ ハンバーグ ◇ 魚の香味揚げ ◇ ひじき煮 ◇ 切干大根とツナのサラダ	◇ コロッケ ◇ 魚の塩焼き ◇ カレースパサラ ◇ 青菜のシーチキン和え	◇ 鶏肉の幽庵焼き ◇ 魚の香草フライ ◇ 人参牛蒡の田舎煮 ◇ ミモザサラダ
10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
お楽しみメニュー 	◇ 治部煮 ◇ 魚の磯部揚げ ◇ 荳わかめの酢の物 ◇ じゃが芋のカレー金平	◇ 春巻 ◇ 魚の筒煮 ◇ 洋風おから ◇ キャベツの梅おかか和え	◇ 揚げ豚の醤油煮 ◇ 魚の南部焼き ◇ 人参シリシリ ◇ わかめのさっと煮	◇ チキンソースカツ ◇ 魚の幽庵焼き ◇ 青菜のお浸し ◇ ポテマカサラダ
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
海の日	◇ 鶏肉のハーブ焼き ◇ 魚の南蛮漬け ◇ ナムル ◇ 切昆布煮	◇ 棒棒鶏 ◇ 魚の韓国風 ◇ 青菜のお浸し ◇ ひじきとトマトのマリネ	お楽しみメニュー 	◇ メンチカツ ◇ 魚の煮物 ◇ 人参サラダ ◇ ピーマンと蒟蒻のピリ辛炒め
24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
◇ タンドリーチキン ◇ 魚のおろし煮 ◇ 切干大根煮 ◇ たたきごぼうの胡麻酢和え	◇ チャプチェ ◇ 魚のカレーフライ ◇ 荳わかめの煮物 ◇ じゃが芋のグリーンソース	◇ 青椒肉絲 ◇ 魚のフリッター ◇ シルバーサラダ ◇ 五目豆	◇ 酢豚 ◇ 魚のハーブ焼き ◇ 青菜のおかか和え ◇ 茄子とピーマンのみそ炒め	◇ 茄子のはさみ揚げ ◇ 魚の柚子胡椒焼き ◇ 豆まめサラダ ◇ もやしと木耳の中華和え
31 (月)				
◇ 豚しゃぶ ◇ 魚の塩焼き ◇ ゴーヤチャンプル ◇ 茄子とトマトのマリネ				

