

2017年

10月の献立

手作りのお弁当 **旬**

日替わり弁当 ¥700

048-839-5331

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。

☆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。

☆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。

2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)
◇ 鶏肉の照焼 ◇ 魚のおろし煮 ◇ なべしぎ ◇ ポテマカサラダ	◇ ミートローフ ◇ 魚の竜田揚げ ◇ かぼちゃサラダ ◇ 竹輪と もやしナムル	◇ 揚げ豚の醤油煮 ◇ 魚のピカタ ◇ ひじきのサラダ ◇ 大根と ツナの煮物	◇ 鶏のから揚げ ◇ 魚の筒煮 ◇ 豆まめサラダ ◇ 青菜のソテー	◇ メンチカツ ◇ 魚の南部焼き ◇ 五目金平 ◇ 茎わかめの酢の物
9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)
体育の日	お楽しみメニュー 	◇ 鶏幽庵 ◇ イカのチリソース煮 ◇ 切昆布煮 ◇ 薩摩芋と 人参の金平	◇ 豚肉のすき焼き風 ◇ 魚の梅しそフライ ◇ 洋風おから ◇ 春雨サラダ	◇ 照焼ハンバーグ ◇ 魚のフライ ◇ マカロニサラダ ◇ 隠元と人参の 胡麻和え
16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)
◇ 薩摩芋の挟み揚げ ◇ イカと大根の煮物 ◇ れんこんサラダ ◇ なすのおかか和え	◇ 肉団子 ◇ 魚のみりん焼き ◇ ポテトサラダ ◇ ひじき煮	◇ 豚肉の天ぷら ◇ 魚の柚子胡椒焼き ◇ コールスロー ◇ 茎わかめの煮物	◇ ロールフライ ◇ 魚の塩焼き ◇ たたきごぼう ◇ 野菜のナムル	お楽しみメニュー 
23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)
◇ 豚肉の生姜焼き ◇ 魚のフリッター ◇ わかめのさっと煮 ◇ きのみマリネ	◇ 治部煮 ◇ 魚の マスタードフライ ◇ スパサラ ◇ キャベツの 梅おかか和え	◇ カレーコロッケ ◇ 魚の煮付け ◇ 人参シリシリ ◇ 青菜の胡麻和え	◇ おろしハンバーグ ◇ 魚の竜田揚げ ◇ 切干大根煮 ◇ 温野菜サラダ	◇ 回鍋肉 ◇ 魚の塩焼き ◇ 大根サラダ ◇ おから煮
30 (月)	31 (火)			
◇ 麻婆春雨 ◇ イカフライ ◇ 人参サラダ ◇ 切昆布と 薩摩芋の煮物	◇ ポークピカタ ◇ 鯛の蒲焼 ◇ 中華サラダ ◇ 蓮根の金平			