2018年

6月の献立

日替わり弁当　￥700

地域限定　2個より配達いたします

★毎月１０日、２０日はお楽しみ弁当となります。

手作りのお弁当 旬

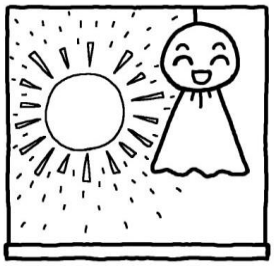
０４８－８３９－５３３１

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

（ 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。
☆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。
☆仕入の都合で献立を変更することがあります。



1（金）
◇ 酢豚 ◇ 魚のフリッター ◇ コールスロー ◇ 茄子の田舎煮

4（月）	5（火）	6（水）	7（木）	8（金）
◇ 麻婆茄子 ◇ 魚の磯部揚げ ◇ ジャーマンポテト ◇ きゅうりと若布の酢の物	◇ スパニッシュオムレツ ◇ 魚の竜田揚げ ◇ 茎わかめの煮物 ◇ スパサラ	◇ 鶏肉の照焼 ◇ 魚のフライ ◇ 人参シリシリ ◇ 切干大根のサラダ	◇ ミートローフ ◇ 魚の蒲焼 ◇ ポテマカサラダ ◇ 青菜のお浸し	◇ 豚肉のソース煮 ◇ 魚の塩焼き ◇ ひじきの煮物 ◇ カレーポテサラ
11（月）	12(火)	13(水)	14（木）	15（金）
◇ 豚肉のねぎ塩焼き ◇ 魚の南蛮漬け ◇ 若布のさっと煮 ◇ ごぼうサラダ	◇ 鶏ハム ◇ イカフライ ◇ 大豆のカレー炒め ◇ マカロニサラダ	◇ タンドリーチキン ◇ 小松菜と厚揚げの炒め物 ◇ ナムル ◇ じゃが芋のレモンサラダ	◇ 豚肉のポテト巻フライ ◇ 魚の塩焼き ◇ 洋風おから ◇ もやしの中華サラダ	◇ 春巻 ◇ 魚の煮付け ◇ 春雨の酢の物 ◇ 小松菜の煮浸し
18（月）	19(火)	20(水)	21（木）	22（金）
◇ 鶏肉のハーブ焼き ◇ 魚の生姜餡からめ ◇ 茄子とピーマンのしぎ焼 ◇ きのこのおろし和え	◇ 煮込みハンバーグ ◇ 魚の塩焼き ◇ 切干大根煮 ◇ 青菜のお浸し	メッシーちゃんの日	◇ チキン南蛮 ◇ 魚の柚子胡椒焼き ◇ 田舎ごぼう ◇ ジャーマンポテト	◇ 八幡巻き ◇ 魚のマスタードフライ ◇ ゴーヤの和え物 ◇ ひじきのマリネ
25（月）	26(火)	27(水)	28（木）	29（金）
◇ 青椒肉絲 ◇ 魚のカレーフライ ◇ キャベツの煮浸し ◇ 茄子とトマトのマリネ	◇ 鶏肉のソースカツ ◇ 魚の塩焼き ◇ 切昆布の煮物 ◇ ポテトサラダ	◇ 南瓜入りコロッケ ◇ 魚の煮付け ◇ 五目豆 ◇ 隠元と人参の胡麻和え	◇ 夏野菜カレー ◇ 魚の香味フライ ◇ 春雨サラダ ◇ ピリ辛蒟蒻	◇ 棒棒鶏 ◇ 魚の梅しそﾌﾗｲ ◇ 茄子のリャンバン ◇ じゃが芋の揚げ煮