

2018年

10月の献立

手作りのお弁当旬 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。

☆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。

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 豚肉のピカタ ◇ 魚の天ぷら ◇ 田舎ごぼう ◇ 大根と水菜のサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ メンチカツ ◇ 鮭の南部焼き ◇ 中華サラダ ◇ 青菜と茸のバター焼き 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏肉の幽庵焼き ◇ 魚の加-竜田揚げ ◇ ポテトサラダ ◇ ワカメのさっと煮 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 豚肉のすき焼き風 ◇ 魚のフライ ◇ コール-サラダ ◇ 昆布豆 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏肉のハーブ焼き ◇ 魚のケチャップ煮 ◇ 炒め煮なます ◇ 青菜の辛子和え
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
<p>体育の日</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 味噌サンドカツ ◇ 魚の煮つけ ◇ 切干大根のサラダ ◇ 薩摩芋と切昆布の煮物 	<p>メッシーちゃんの日</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ ハンバーグ ◇ 魚の筒煮 ◇ ジャガ芋の金平 ◇ ナムル 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏肉のから揚げ ◇ 魚の塩焼き ◇ マカロニサラダ ◇ 五目金平
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏肉の香味揚げ ◇ 魚の塩焼き ◇ ジャーマンポテト ◇ ワカメの酢の物 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ ミートローフ ◇ 魚のかば焼き ◇ 青菜入り人参シリシリ ◇ 隠元と蒟蒻の胡麻和え 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 豚肉の天ぷら ◇ 魚の甘辛煮 ◇ 茎わかめの煮物 ◇ 芋いもサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ チキン南蛮 ◇ 魚の葱味噌焼き ◇ 南瓜のサラダ ◇ 入り豆腐 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 八幡巻き ◇ イカチリ ◇ 茄子の田舎煮 ◇ ごぼうの胡麻酢和え
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 焼売 ◇ 魚の梅しそフライ ◇ 茸のおろし和え ◇ 青菜の胡麻和え 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏と蓮根のつくね ◇ 魚の南蛮漬 ◇ 大豆のカレー炒め ◇ 大根サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ チキンカツ ◇ 魚のピカタ ◇ 切干大根煮 ◇ 蓮根のサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 揚げ豚の醤油煮 ◇ 魚の味噌マヨ焼き ◇ ポテマカサラダ ◇ 白菜の煮浸し 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏肉の照り焼き ◇ 魚の野菜あんかけ ◇ シルバーサラダ ◇ 大学かぼちゃ
29 (月)	30 (火)	31 (水)		
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 茄子の挟みフライ ◇ 魚の塩焼き ◇ ヒジキのマリネ ◇ 大根と人参とツナの煮物 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ タンドリーチキン ◇ 魚のフリッター ◇ マカロニサラダ ◇ おから煮 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ ハンバーグ ◇ 魚のフライ ◇ 五目豆 ◇ 薩摩芋とリンゴの煮物 		

