

2019年

6月の献立

手作りのお弁当旬 旬  
フーカース・コレクティブ

日替わり弁当 ¥800

048-839-5331

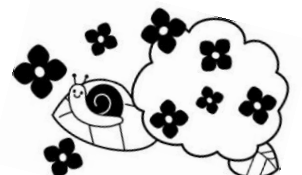
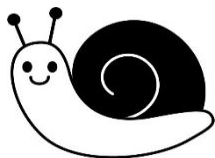
地域限定 2個より配達いたします

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。☆お弁当のご予約は、前日の13時までにご注文下さい。

3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
◇ 麻婆茄子 ◇ イカフライ ◇ マカロニサラダ ◇ 青菜のごまあえ	◇ 鶏の唐揚げ ◇ 魚の幽庵焼き ◇ カレースパサラ ◇ 五目豆	◇ おいしい菜 ◇ スパニッシュ オムレツ ◇ わかめと もやしのお浸し ◇ かぼちゃの甘煮	◇ 鶏つくね ◇ 魚のフライ ◇ 大学カボチャ ◇ 春雨サラダ	◇ 豚の天ぷら ◇ 魚の塩焼き ◇ チャプチェ ◇ ひじきのマリネ
10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
メッシーちゃんの日 	◇ 豚のすき焼き風 ◇ 魚の海苔塩揚げ ◇ キャベツの ごまマヨ ◇ 切干大根煮	◇ カレーコロッケ ◇ 魚の煮つけ ◇ シルバーサラダ ◇ 莖わかめの煮物	◇ 鶏肉のハーブ焼き ◇ かき揚げ ◇ 人参シリシリ ◇ たたきキュウリ	◇ 豚肉のロールフライ ◇ 魚の塩焼き ◇ 洋風おから ◇ ナムル
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
◇ 青椒肉絲 ◇ 魚のフリッター ◇ ジャが芋の グリーンソース ◇ わかめのさっと煮	◇ 煮込みハンバーグ ◇ 魚の幽庵焼き ◇ ひじきの煮物 ◇ ポテマカサラダ	◇ チキン南蛮 ◇ 魚の筒煮 ◇ キャベツの 梅おかか和え ◇ 大豆のカレー炒め	メッシーちゃんの日 	◇ 棒棒鶏 ◇ 魚の梅しそフライ ◇ 莖わかめの酢の物 ◇ スパサラ
24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
◇ 豚肉のネギ塩焼き ◇ 魚のおろし煮 ◇ なべしぎ ◇ こんにゃくの 梅おかか煮	◇ タンドリーチキン ◇ 魚のマスタード フライ ◇ 切昆布煮 ◇ 人参サラダ	◇ ミートローフ ◇ 魚の南部焼き ◇ 野菜の揚げ煮し ◇ もやしと青菜の 和え物	◇ チキンソースカツ ◇ 魚の筒煮 ◇ コールスロー ◇ 炒り豆腐	◇ 茄子のはさみ揚げ ◇ 魚のねぎみそ焼き ◇ ゴーヤの和え物 ◇ ひじきの煮物





|