

2019年

7月の献立

手作りのお弁当旬

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。

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 美味しい菜 ◇ 魚の塩焼き ◇ 中華サラダ ◇ 青菜の胡麻和え 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ メンチカツ ◇ 魚のピカタ ◇ ジャーマンポテト ◇ わかめのさっと煮 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏肉の唐揚げ ◇ 魚の甘辛煮 ◇ ピーマンとこんにゃくの おかか炒め ◇ マセドニアンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ ポークビーンズ ◇ 魚のフライ ◇ 人参ごぼうの 田舎煮 ◇ スパゲッティサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 和風ハンバーグ ◇ 魚のマヨネーズ 焼き ◇ じゃが芋の グリーンソース ◇ 切干大根の煮物
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏肉の香草焼き ◇ 魚の天ぷら ◇ 胡瓜とわかめの 酢の物 ◇ 切昆布の煮物 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 豚肉の天ぷら ◇ 魚の煮つけ ◇ 南瓜のサラダ ◇ 青菜のお浸し 	<p>メッシーちゃんの日</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 棒棒鶏 ◇ 魚のカレーフライ ◇ 茎わかめの煮物 ◇ ポテマカサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 豚肉の挟みフライ ◇ 魚のおろし煮 ◇ 人参のきんぴら ◇ ひじきとトマトの マリネ
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
<p>海の日</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏もも肉の トマト煮 ◇ 魚の海苔塩揚げ ◇ ひじきの煮物 ◇ マカロニサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 焼売 ◇ イカフライ ◇ 茄子とピーマンの なべしぎ ◇ ナムル 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 南瓜入りコロッケ ◇ 魚の味噌煮 ◇ ごぼうサラダ ◇ もやしと青菜の お浸し 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 酢鶏 ◇ 魚のフリッター ◇ 大豆のカレー炒め ◇ コールスロー
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 豚肉のしゃぶしゃぶ ◇ 魚の梅しそフライ ◇ 茄子の田舎煮 ◇ 切干大根と ツナのサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ ゴーヤちゃんぷる ◇ 魚の葱みそ焼き ◇ 洋風おから ◇ 茎わかめの酢の物 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ チキン南蛮 ◇ 魚の筒煮 ◇ ちくわとキャベツの 中華和え ◇ 金平ごぼう 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏肉のカシュー ナッツ炒め ◇ かき揚げ ◇ かぼちゃの甘煮 ◇ 茄子とパプリカの リャンバン 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ チャプチェ ◇ 魚のマスタード フライ ◇ 若芽の辛子酢味噌 和え ◇ ブドウ豆
29 (月)	30 (火)	31 (水)		
<ul style="list-style-type: none"> ◇ タンドリーチキン ◇ いかケチャップ ◇ 大学かぼちゃ ◇ 茄子とトマトの マリネ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 麻婆茄子 ◇ 魚のかば焼き ◇ 炒り豆腐 ◇ 蛇腹きゅうり 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 鶏肉の香味揚げ ◇ 魚の塩焼き ◇ ゴーヤとツナの サラダ ◇ ラタトゥイユ 		