

配食弁当 申込み書

《29年6月 献立予定表》

・1食 620円
 ・配送料(1回) 100円

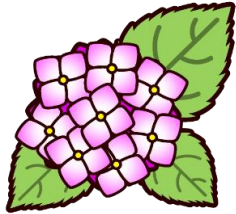
お名前

様 ご住所

Tel

 ワーカーズ・コレクティブ
ごちそうさま
 平塚市見附町 24-8
☎ 0463-73-7816
FAX 0463-73-7853
 E-mail:wco-gotisousama
 @sun.ocn.ne.jp

受付時間 9:00~16:00 (月~金)



新緑が眩しい季節となりました。ごちそうさまでは6~9月迄 卵・マヨネーズ
 煮豆等傷み易い食材を制限した献立でお届けします。調理も細心の注意をはらって安心・安全な
 お弁当作りを心掛けますのでよろしくお願い致します。

5 (月)		6 (火)		7 (水)		8 (木)		9 (金)	
タラの野菜あんかけ 南瓜とひじきの煮物 キャベツの甘酢あえ 地場野菜 人参ご飯	食	鶏のトマトソース煮 和風煮物 人参と竹輪の味噌炒め ピーマンのおかかあえ ご飯 白	食	ハマチのてり焼き 筑前煮 もやしのカレーあえ 地場野菜 ご飯 白	食	鯖の味噌煮 かき揚げ なます 地場野菜 ご飯 白	食	メンチカツ パスタサラダ 五目豆 青菜のごま和え ご飯 白	食
12 (月)		13 (火)		14 (水)		15 (木)		16 (金)	
豚しゃぶ 根菜の煮物 キャベツのおかかあえ 地場野菜 ご飯 白	食	鯖の立田揚げ 信田あえ きのこのソテー さつまいもの甘煮 ご飯 白	食	鶏の粒マスタード焼き ベーコン入りナポリタン なすのどんがめ煮 地場野菜 ご飯 白	食	鯖の西京焼き 野菜の揚げ浸し こんにゃくのおかか炒め 地場野菜 ご飯 白	食	煮込みハンバーグ さつま揚げと大根の煮物 もやしと三ツ葉のごま和え 南瓜甘煮 ご飯 白	食
19 (月)		20 (火)		21 (水)		22 (木)		23 (金)	
塩サバの焼物 キャベツとコーンのサラダ じゃがわかめ 地場野菜 ご飯 白	食	酢豚 高野豆腐の煮物 ザーサイときゅうりの炒め物 昆布のうま煮 ご飯 白	食	ホキフライ 麻婆春雨 青菜のおひたし 地場野菜 生姜ご飯	食	鶏のから揚げ ラトウイユ いんげんのごまあえ 地場野菜 ご飯 白	食	ホッケの焼物 野菜とベーコンの炒め物 春雨サラダ 切干大根 ご飯 白	食
26 (月)		27 (火)		28 (水)		29 (木)		30 (金)	
鶏のてり焼き ふろふき大根 ひじきの煮物 地場野菜 ご飯 白	食	さんまの蒲焼き 南瓜のチーズ焼き きんぴら 青菜のごま和え ご飯 白	食	蒸し鶏のネギソース 和風煮物 人参サラダ 地場野菜 ご飯 白	食	塩鯖の焼物 焼きビーフン 揚げじゃがいも 地場野菜 ご飯 白	食	生姜焼き 和風煮物 三色ナムル 大学芋 ご飯 白	食