

平成24年 10月 弁当メニュー表

霧が丘キッチンにんじん

TEL/FAX 921-7702

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|--|--|--|--|---|--|
| | 1 肉じゃがコロッケ マーボ茄子 切り干し大根の五目煮 マカロニサラダ B) ごぼうつくねバーグ ★カレーピラフセット | 2 南瓜の肉巻フライ 鮭のソテータルタルソース 七福ひじき煮 バジルスパサラ B) 肉団子の甘酢あん ★五目おこわ | 3 チキンごまカツ 鰯の南蛮漬け 本格チャブチェ ミモザサラダ B) ささみのごまみそ焼き ★五色丼 | 4 茄子のはさみ揚げ えのきたっぶりバーグ 高野の煮物 やわらかごぼうサラダ B) 袋煮・青菜 ★韓国風焼うどん | 5 豆腐たっぶりバーグ 鮭の茜揚げ 卵の花 コーンポテトサラダ B) 同じ ★霧が丘焼きそば | 6 味噌カツ 豆腐のカラフル揚げ出し きのこ入りキンピラ フレッシュポテトサラダ B) 鯖の味噌煮 |
| 7 | 8 (体育の日) 配達はお休みです | 9 チキン南蛮 マーボ春雨 筑前煮風煮物 ココロサラダ B) 同じ ★鶏のくわ焼き丼 | 10 ふっくらメンチ 高野の鶏鑄込み 大根のツナ煮 いかとひじきのマリネ B) 鯖の竜田揚げ ★太巻き | 11 はんぺんフライ 鶏と茄子のレモンソース 根菜のゴマ酢和え 南瓜サラダ B) はんぺんピカタ ★ドリア | 12 イカメンチ 鮭の甘酢ネギソース 五色キンピラ ポテトサラダ B) つくねん棒 ★野菜あんかけ焼きそば | 13 ユーリンチ 焼き魚 ココロ野菜のキンピラ マカロニサラダ B) 同じ |
| 14 | 15 串揚げ 豚シャブサラダ 本格チャブチェ 五色サラダなます B) ジャーマンオムレツ ★お祭り五目寿司 | 16 秋刀魚のねぎ味噌焼き ふっくら野菜バーグ 切り干し大根炒めなます フレッシュポテトサラダ B) 同じ | 17 鶏の野菜衣揚げ 鮭の南蛮漬け 七福ひじき煮 バジルスパサラ B) 豆腐の落とし揚げ ★五色丼 | 18 チキンごまカツ 秋刀魚のかば焼き 細切りきんぴら コーンポテトサラダ B) ミートロー ★霧が丘焼きそば | 19 塩麹唐揚げ えのきたっぶりバーグ 高野の煮物 ジャガイモのごま酢 B) 酢豚 ★カレーピラフセット | 20 ゴマ味噌串カツ チンジャオロース 筑前煮風煮物 ハム入りスパサラ B) ささみのピカタ |
| 21 | 22 ソフトカツ 鮭の甘酢ネギソース 切り干し大根とひじきの煮物 ポテトサラダ B) ポークピカタ ★グラタン | 23 きのこクリームコロッケ 鶏と茄子のレモンソース ココロ野菜のきんぴら ツナコーンスパサラ B) 鮭のわさびマヨネーズ ★鶏そぼろ丼 | 24 茄子のはさみ揚げ 鮭の菜の花焼き 大根と揚げの煮物 和風ポテトサラダ B) うすくず煮 ★五目おこわ | 25 イカフライ ホイコーロ 五色キンピラ 蓮根五色サラダ B) ジャーマンオムレツ ★中華丼 | 26 鮭フライ マーボ豆腐 高野の煮物 ココロサラダ B) ごぼうつくねバーグ ★ドリア | 27 ピリ辛チキンカツ 焼肉 荳わかめの炒め煮 バジルスパサラ B) 鶏のトマト煮 |
| 28 | 29 鶏の変わり揚げ ハンバーグ茸ソース 根菜のごま酢和え マカロニサラダ B) 鮭のねぎ味噌焼 ★野菜あんかけ焼きそば | 30 串揚げ 豚肉と春雨の四川風 切り干し大根の五目煮 コーンポテトサラダ B) ささみチーズピカタ ★ドライカレー野菜添え | 31 ヘルシーメンチカツ 鶏ももの塩麹焼き 卵の花 じゃがジャキサラダ B) 秋刀魚のかば焼き ★中華おこわ | <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>キッチンにんじんでは、合成洗剤は使用していません。川崎石鹼プラントの「きなりっこ」という石鹼を使用して、環境に配慮しています。</p> </div> | | |

お昼のお弁当(610円税込み)を2つから配達しています。どうぞご利用ください。
弁当の献立以外にもご予算に応じお弁当やオードブルのご注文を承ります。

★印のお弁当は前日の午前中までにご予約ください。土曜日・祝日はございません。

- B)は揚げ物を焼き物や煮物などに代えたヘルシー弁当のおかずです。
- 仕入れの都合により献立が変更になる場合がございます。ご了承ください。

(申し訳ございませんが、土曜日は仕込み数が少ない為、当日のご注文はお断りする場合もございます。)
(なるべく金曜日の午前中にご注文いただきますよう、お願いします。)