

味のお便り 昼ごはん（健康食）



おいしい料理は
愛情と工夫から

おすすめ!

1日 火 照りマヨチキン	2日 水 豚肉と厚揚げの甘辛煮	3日 木 白身魚フライ	4日 金 ぶりのスタミナ焼き	5日 土 豚肉の山椒焼き
6日 日 白身魚の磯辺焼き	7日 月 ささみフライ	8日 火 ほっけのつけ焼き	9日 水 白身魚のバジルソース	10日 木 豚肉の中華煮
11日 金 鶏の生姜焼き	12日 土 さばの煮つけ	13日 日 肉団子の味噌煮	14日 月 ぶりの香草焼き	15日 火 豚肉の味噌炒め
16日 水 鶏肉の磯辺焼き	17日 木 白身魚ときのこのバター焼き	18日 金 白身魚の磯辺揚げ	19日 土 鶏の照り焼き	20日 日 ほっけの香草焼き
21日 月 豚肉のマスタードソテー	22日 火 赤魚の照り焼き	23日 水 さばの竜田揚げ	24日 木 タンドリーチキン	25日 金 豚肉のおろし和え
26日 土 白身魚の玉子あん	27日 日 豚肉の生姜やき	28日 月 白身魚のカレー醤油焼き	29日 火 根菜ハンバーグ	30日 水 豚肉の味噌クリーム煮
31日 木 アジフライ				

七夕
たなばた

海の日

おすすめ!

おすすめ!

Follow Me!!

Instagram

検索 大衆食堂

QRコード

@NCCTAISYU

まん福べんとう

今月のメニュー

2日

エビフライ
ハンバーグ

7日

ひやむぎ

8日

蓮根つくね
和風オムレツ

17日

紀州産梅入りの
ササミフライ

20日

チキン唐揚げ
おろしソース

24日

梅しそ
スパゲティ

26日

ビーフシチュー
フライ

28日

うどん

配食サービス
ヘルスケアフード

大衆食堂

TEL 0120-480-486
(フリーダイヤル)

■食材仕入れの都合によりメニュー変更する場合があります。■食品衛生上、当日の13時30分までにお召し上がりください。■電子レンジで温めてお召し上がり下さい。

