7月 仕出しおがわ献立表(昼)

		レディース弁当	お手頃弁当(黄色の所)	サービス弁当	特選弁当	上特選弁当
1	火	・糸寒天入り大根と海藻のサラダ ・ナタデココ小豆	・鶏の天ぷら ・ニラ入り中華サラダ	・シーフードパスタ(トマト味) ・ごぼうの煮物	・揚げ餃子	・ホタテのチリソース
2	水	・小エビ入りコーンと枝豆みぞれ和え ・キウィ	・いかフライ ・グリーンアスパラとコーンのサラダ	・うずら豆 ・もつ煮	・オクラと豆腐、わかめのサラダ	・ニンニクの芽とベーコンの炒め物
3	木	・乱切りきゅうりとくるみのサラダ ・手作り牛乳かん	・鶏もも肉ローズマリー焼き ・もやしとキャベツのごまサラダ	・青梗菜肉炒め ・長崎チャーメン	・夏野菜の浅漬け	・小エビと貝割れのサラダ
4	金	・生ほうれん草のイタリアンサラダ ・オレンジ	・ハンバーグ デミグラソース ・カリフラワーの酢の物	・いんげんバター炒め ・野菜の洋風煮	・フライドポテト	・かにかま入りスクランブルエッグ
5	土	・キャベツと炒り卵のサラダ ・マーマレード寒天	・ゆで卵のベーコン巻きフライ ・レタスといんげん、和風サラダ	・青椒肉絲 ・大根と生揚げそぼろ煮	・ジャコ入りオクラとぜんまいのサラダ	・もずくときゅうりの和え物
6	日	休み				
7	月	・菜の花と笹かまぼこのサラダ ・白玉黒蜜きなこ	・ハムフライ ・ツナ入りコールスローサラダ	・いんげんとザーサイの炒め物 ・ポークカレー	・揚げ茄子とトマトのサラダ	・カットトマト
8	火	・じゃがいもときゅうり、りんごのサラダ ・黄桃缶	・フランクの青のり揚げ ・菜の花とたけのこのごまドレサラダ	・鱒の塩焼き ・菜の花と厚揚げの卵とじ	・いんげん、ツナ、卵炒め物	・オニオンサラダ オイルサーディンのせ
9	水	・水菜と油揚げのポン酢和え ・ミニゼリー	・茄子とベーコンのはさみフライ ・海藻入り野菜サラダ 青ジソドレッシング	・蓮根のきんぴら ・白菜と人参、椎茸、ツナの煮物	・酢の物	・大学芋
10	木	・ごぼうと人参、竹輪マヨ醤油サラダ ・手作り豆乳寒天	・チキンチーズカツ ・レタスとキャベツのレモンドレッシングサラダ	・茄子しょうが煮 ・竹輪入り昆布煮	・しめじとえのきの卵とじ	・焼きサラミハム
11	金	・カリカリアーモンド入り野菜サラダ ・りんご	・コロッケ ・切り干し大根のサラダ	・鯖の味噌煮 ・酢鶏	・バターコーン	・めんつゆ漬け豆腐 ネギちらし
12	土	・レタスときゅうり、白ダシのごま海苔サラダ ・杏仁フルーツ	・つくね甘辛煮 ・きのこ入り春雨サラダ	・茄子とピーマン味噌炒め煮 ・ポークシチュー	・根菜サラダ(ごぼう・蓮根・人参)	・煮切りこんにゃくおかかと青海苔かけ
13	日	休み				
14	月	・オクラと焼き油揚げの和風サラダ ・グレープフルーツ	・豚の唐揚げ ・バンバンジーサラダ	・焼きうどん ・ごぼうの柳川煮	・ミックスベジタブル 塩バター味	・さきいか入りレタス、きゅうりサラダ
15	火	・レタス、セロリリンゴ酢ドレサラダ ・アロエフルーツ	・ささみカツ ・マロニー青じそサラダ	・ゴーヤーチャンプル ・豆腐入りけんちん煮	・白はんぺんと海藻、さしみこんにゃくのサラダ	・カットトマト
16	水	・きゅうりのわさび風味サラダ ・手作り黒糖かん	・いかの天ぷら ・豆豆サラダ	・ふろふき大根 ・いんげんと牛肉の卵とじ	・春巻き	・焼き豚入りゆかりサラダ
17	木	・トマトとスクランブルエッグのサラダ ・グレープフルーツ	・味噌味のトンカツ ・グリーンアスパラと蓮根サラダ	・スパゲッティミートソース ・海鮮入りクリームシチュー	・もやし、ぜんまい、人参のナムル	・すいか
18	金	・韓国風サラダ ・なつめ	・キスフライ ・オクラとカニカマのサラダ	・鶏の照り焼き ・ひじきの煮物	・いか団子としめじの煮物	・豚肉と舞茸のバター醤油炒め
19	土	・ナンプラー風味白菜アジアンサラダ ・あんずシロップ漬け	・カレー風味のメンチカツ ・豆苗ミックスと水菜、梅サラダ	・ジャーマンポテト ・大根と厚揚げの煮物	・ダイスチーズ入りスクランブルエッグ	・スティック野菜(金山寺味噌)
20	日	休み				
21	月	海の日	給食(昼・夕)休み	仕出し料理は正午まで営業		
22	火	・ごぼうと人参、竹輪のサラダ ・レーズン＆クコの実	・鶏の唐揚げ ・バター風味のマッシュポテト	・ホイコーロー ・きのこ丼風煮	・カニカマ入り水菜サラダ	・ブロッコリーとミニトマト
23	水	・茄子、すいか、きゅうりの和え物 ・すいか	・白身魚のフライ(ホキ) ・いんげん、アボカドサラダ	・タイ風ビーフン炒め ・筑前煮	・蒸し焼売	・茄子とホタテのチリソース
24	木	・そうめんサラダ ・キウィ	・鶏の黒胡椒焼き ・レタス、水菜、ツナサラダ	・マカロニひき肉カレー炒め ・里芋とこんにゃくの煮物	・フライドポテト青海苔かけ	・焼き鳥(タレ味)
25	金	・たくわん入り野菜ごまサラダ ・みかん＆パイン缶	・ヒレカツ ・マカロニサラダ	・ほうれん草バター炒め ・冬瓜と厚揚げの煮物	・フランクケチャップ味	・手芋の千切り ポン酢かけ
26	土	・春菊入りマロニーの酢の物 ・プルーン	・串カツ(豚肉・玉ねぎ) ・ネギ、三つ葉、みょうが入りそばサラダ	・豆腐、きくらげ入り中華炒め ・かぼちゃのそぼろあんかけ	・きゃらぶきときゅうりのサラダ	・揚げ野菜の生姜ポン酢(茄子・赤ピーマン)
27	日	休み				
28	月	・オクラと納豆ねばねばサラダ ・さんざし	・はんぺんフライ ・小エビ入りレタス、玉ねぎマヨレモンサラダ	・ツナ入カラフルピーマン炒め ・麻婆豆腐	・さつま芋甘煮	・焼肉＆キャベツの千切り
29	火	・コブサラダ ・キウィ	・チーズ入りハンバーグ ・青菜ピーナッツ和え	・ソース焼きそば ・牛肉入り蓮根甘辛煮	・大根、きゅうり、水菜、みょうがの和え物	・だし巻き卵
30	水	・夏野菜のピクルス ・オレンジ	・竹輪とウィンナーフライ ・ブロッコリーサラダ	・ナポリタン ・厚揚げ入り昆布と人参煮	・キャベツ、コーン、ツナサラダ	・ゆで卵
31	木	・ゆでキャベツのすりごまサラダ ・ミニトマト	・豚の青海苔フライ ・オクラのマヨサラダ	・夏野菜の炒め物 ・大豆といんげんの味噌煮	・もやし、めかぶ、枝豆のさっぱり酢和え	・かまぼこフライ

おがわ弁当をご利用いただき、
誠にありがとうございます。
午後1時までにはお召し上がり下さい。

仕出し料理・給食(昼・夕)・冷凍惣菜・富士市「食」の自立支援事業所
株式会社 仕出しおがわ 417-0001 富士市今泉2527-2
Tel0545-52-3621 Fax0545-52-3628 https://www.fuji-sidasi.com