



MENU

2021年 4月

火		水		木		金	
				1	白身魚の酢豚風 絹揚げのオイスターソース煮 ベーコンと隠元のサラダ 青菜と沢庵のピリ辛和え 漬け物	2	鶏肉の味噌漬け焼き 刻み昆布と玉葱の煮物 青菜の生姜和え デザート 手作り漬け物
6	鮭のマヨチーズ焼き 肉団子のケチャップ煮 フレンチサラダ オクラの煮浸し 漬け物	7	豚肉のしぐれ煮 キャバツのタラコ炒め 青菜のピーナッツ和え デザート 手作り漬け物	8	鶏肉の柚子胡椒焼き ぜんまいの炒め煮 胡瓜と若布の胡麻酢和え 隠元のじゃこ炒め 漬け物	9	カジキのバジル風味カツ 五目きんぴら NEW スパゲッティサラダ ほうれん草とコーンのソテー 漬け物
13	鶏肉の塩唐揚げ ひじきと大豆の煮物 大根と胡瓜の中華和え 青菜の一味和え 漬け物	14	鯖の味噌煮 炒りおから キャバツのゆかり和え 隠元のクルマミ和え 漬け物	15	豚肉のソテー カレー風味 ブロッコリーのチーズ焼き 根菜の胡麻マヨサラダ デザート 手作り漬け物	16	ちりめん彩りご飯 豆腐ハンバーグ おろしソース じゃが芋の磯部和え ひじきサラダ オクラとえのきのお浸し 漬け物
20	回鍋肉 さつま揚げと人参の煮物 青菜と人参のナムル デザート 手作り漬け物	21	チキンカツ さつま芋とピーマンのバターソテー 切干大根とひじきのマリネ 青菜とカマボコの煮浸し 漬け物	22	鯖の香味焼き NEW 切干大根の煮物 ポテ豆サラダ 隠元の辛味噌和え 漬け物	23	豚肉の南蛮漬け ふきと筍の煮物 春雨中華サラダ 青菜のなめ茸和え 漬け物
27	麻婆茄子 キャバツとザーサイの中華炒め 揚げシュウマイ 隠元のお浸し 漬け物	28	小鰯の唐揚げ 梅ソース カニカマ入り炒り玉子 コールスローサラダ オクラの胡麻和え 漬け物	29	お弁当休み	30	鶏肉のマスタード焼き こんにゃくと椎茸の煮物 ブロッコリーとパプリカの彩りサラダ デザート 手作り漬け物

- ・食材の都合によりメニューを変更することがありますのでご了承ください。
- ・国産米を使用しています。 ・ご飯のみ大盛り（250g）で50円増しです。
- ・まごころ弁当はご飯が柔らかめになっております。
- ・弁当箱は電子レンジには使用できません。
- ・お弁当のご注文は、2日前までをお願いいたします。

作成：あみくるおべんと屋さんレシピ委員会

あみくるおべんと屋さん

TEL：048-226-3133

FAX：048-226-3143