



2024年6月



MONTHLY MENU

火		水		木		金	
4	豚肉のすき焼き風煮 キャベツのタラコ炒め コーンと若布のサラダ 隠元の辛味噌和え	5	鶏肉のレモンペッパー焼き こんにゃくのおかか煮 NEW ゴーヤサラダ 青菜のなめ茸和え	6	青椒肉絲 さつま揚げと人参の煮物 和風スパサラ デザート	7	白身魚の中華あんかけ 五目豆 青菜と切干大根のナムル 隠元とベーコンのソテー
11	鮭の西京漬け焼き 揚げ茄子のピリ辛漬け キャベツの塩昆布和え オクラとえのきのお浸し	12	豚肉の生姜焼き もやしと胡瓜のゆかり和え 海鮮シューマイ デザート	13	鱈フライ 刻み昆布とさつま芋の煮物 ブロッコリーとパプリカのサラダ 隠元のピーナッツ和え	14	蒸し鶏の梅肉ソース 隠元と竹輪のカレー炒め ポテ豆サラダ わかめご飯 青菜の煮浸し
18	豆腐ハンバーグ 和風きのこソース 豚肉とれんこんの炒め煮 春雨と胡瓜の酢の物 いりこ菜飯 青菜とコーンのソテー	19	鯖の香味焼き 切干大根の煮物 キャベツとカニカマの辛子和え 隠元のオイマヨ和え	20	鶏肉の味噌漬け焼き 高野豆腐と椎茸の煮物 コールスローサラダ 青菜の紅生姜和え	21	和風ポークソテー ひじきとつきこんのピリ辛煮 人参の梅胡麻和え デザート
25	油淋鶏 春雨中華サラダ 青菜の海苔和え デザート	26	麻婆茄子 カニカマ入り炒り玉子 大根と胡瓜の胡麻酢和え 青菜とツナの塩昆布和え	27	豚肉のパン粉チーズ焼き ジャーマンポテト フレンチサラダ オクラの柚子胡椒和え	28	銀ヒラスのカレームニエル じゃが芋の磯部和え 牛蒡と油揚げのおかずサラダ オクラのポン酢和え

※記載のメニューの他に、漬け物又は佃煮が付きます。

- 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。 +50円で、ご飯のみ大盛り(250g)が可能です。
- ご飯を柔らかめに炊いた「まごころ弁当」もご用意しております。
- 回収用のお弁当箱は電子レンジでの加熱には対応しておりません。
- お弁当のご注文は、**2日前まで**にお願いいたします。
- アレルギー対応は行っておりません。**

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