



令和2年7月メニュー 

	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			ごはん ハンバーグ ナポリタン 豆苗サラダ	ごはん さわらの西京焼き キャベツのピーナツ和え たけのこの煮物	麦ごはん 豚肉しょうが焼き ポテトサラダ 青菜の胡麻和え	ごはん 鶏のから揚げ チョレギサラダ ニラ玉炒め
注文数						
	6	7	8	9	10	11
	ごはん 照り焼きチキン カボチャサラダ なすの煮びたし	エビピラフ 魚のフライ コールスローサラダ ごぼうのピリ辛炒め・デザート	ごはん おろしカツ 夏野菜のグリル ひじきサラダ	ごはん 鶏のチリソース コーンサラダ ゴーヤチャンプルー	ごはん 若鶏のレモン揚げ きゅうりとわかめの酢の物 こんにゃくの白和え	夏野菜カレー ミモザサラダ フルーツヨーグルト
注文数						
	13	14	15	16	17	18
	ごはん あじの南蛮漬け 枝豆サラダ 高野豆腐の煮物	ごはん 油淋鶏 青菜のソテー 春雨サラダ	ごはん 豚肉巻き なすの煮びたし きゅうりとみょうがの酢の物	ごはん タンドリーチキン ジャーマンポテト いんげんの和え物	ごはん 豚しゃぶ ごぼうサラダ チンゲン菜の和え物	ビビンバ丼 春巻き フルーツ
注文数						
	20	21	22	23	24	25
	ごはん チキンカツ 人参のごまみそ炒め ブロッコリーサラダ	ごはん ピーマンの肉詰め焼き スパゲッティサラダ かぼちめの煮物	ごはん チキン南蛮 豆苗サラダ セロリのきんぴら	ごはん 豚肉のキムチ炒め オクラの和え物 大根の旨煮	ごはん 酢鶏 ナムル 夏野菜のピーマン炒め	ごはん 白身魚の南蛮漬け オクラのなめたけ和え 肉じゃが
注文数						
	27	28	29	30	31	
	ごはん 牛はらのチンジャオロース 中華サラダ 春巻き	麦ごはん 鶏のみそ焼き きゅうりとシラスの酢の物 筑前煮	ごはん 味噌かつ 大根の梅肉和え ゴーヤチャンプルー	ごはん 鶏のマスタード焼き トマトのマリネ 切干大根の煮物	炊き込みご飯 鮭の塩焼き モロヘイヤのおびたし きんぴら	
注文数						

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合があります。  
 ※一日3食からお受けいたします。  
 ※数の変更は当日の9:30までにご連絡下さい。  
 その他ご不明な点がございましたら、担当者までお尋ねください。

きらりの森 配食部門  
090-1575-8780

