

料理 かしば

特メニュー

5月20日～6月1日

Tel:0743-64-3001

5月 20日 月曜	肉団子の甘酢あんかけ ハムカツ チーズちくわの磯辺あげ 千草玉子焼き カリフラワーとハムのサラダ 小判あげ煮つけ エネルギー450 Kcal タンパク質 22.8 g 脂質 19.6 g	5月 27日 月曜	かに玉あんかけ 肉味噌フライ たこ焼き 肉じゃが 菜の花ツナ浸し 高野含め煮 エネルギー482 Kcal タンパク質 25.4 g 脂質 19.4 g
5月 21日 火曜	豆腐チャンフル ブリ大葉フライ ハンバーグケチャップ煮 金平ごぼう モヤシ酢 大根煮つけ エネルギー440 Kcal タンパク質 18.5 g 脂質 24.8 g	5月 28日 火曜	サンマ生姜煮 牛肉コロッケ お好み焼き 卵とじ 小松菜ワサビ醤油あえ こんにやくピリ辛煮 エネルギー549 Kcal タンパク質 21.5 g 脂質 19.6 g
5月 22日 水曜	豚千ジャオ風 デリカメンチ 紅生姜フラワー 切干大根煮つけ オクラ土佐あえ 月見つくね エネルギー498 Kcal タンパク質 23.6 g 脂質 24.7 g	5月 29日 水曜	鯖塩焼き 海老かきあげ 磯辺ロール 五目大豆 カラフルサラダ 青梗菜のめた エネルギー500 Kcal タンパク質 25.7 g 脂質 24.5 g
5月 23日 木曜	中華千り春巻き 国産鰯塩焼き 鶏のトマトビーンズ煮 もやしごま酢あえ ミニごぼう天 玉子豆腐 エネルギー484 Kcal タンパク質 29.8 g 脂質 26.9 g	5月 30日 木曜	北海道ふっくらコロッケ 焼きそばオムレツ チャプチェ風 ひじきサラダ カリフラワー甘酢あえ ポークウインナー エネルギー491 Kcal タンパク質 14.7 g 脂質 25.3 g
5月 24日 金曜	焼きそば ふーちゃん黒豚焼売 ぜんまい炒り煮 春雨中華酢 三角絹あつあげ・人参 野菜つくね エネルギー387 Kcal タンパク質 14.1 g 脂質 12.0 g	5月 31日 金曜	炒り豆腐 サンマ塩焼き 目玉フライ キャベツサラダ 菜の花辛子あえ ミニ海苔 エネルギー511 Kcal タンパク質 21.1 g 脂質 32.7 g
5月 25日 土曜	豆腐ハンバーグ卸しポン酢 白身フライ ハムステーキ ひじき炒り煮 小松菜二色あえ 穂先竹の子煮つけ エネルギー431 Kcal タンパク質 22.5 g 脂質 23.4 g	6月 1日 土曜	すき焼き風煮 (花カマ・椎茸) 野菜コロッケ 中華あえ さつま芋チーズ三角春巻き サンド豆の浸し エネルギー428 Kcal タンパク質 21.6 g 脂質 18.7 g

<暮らしの記念日> 6月1日は「麦茶の日」 6月1日は衣替え。服装も替り、夏を迎える準備が始まります。夏の風物詩的な飲み物といえば麦茶。香ばしく、さっぱりとした喉ごしが好まれ、古くは平安時代。江戸時代には「麦茶」として広く飲まれました。1986年、日本麦茶工業協同組合は夏に向けた麦茶のPRを目的に、6月1日を「麦茶の日」に制定。この時期は麦茶の原料・大麦の収穫時期にあたり、収穫間もない香り豊かな麦茶を楽しめます。（食材のお話し）にんにくの強烈な臭いアリシンには毛細血管を広げて体を温めたり、風邪のウイルスをやっつけてしまう程の効果があるとされています。寒さの厳しくなっていくこれからの季節にもピッタリの食材です。

お届けしたお弁当は14:00迄にお召上がりください
※ 材料入荷の都合によりメニューが変更になる事があります。ご了承下さい。

