




8月 ひのでの夕食宅配便メニュー

令和2年 2020

三ツ星お米マイスターが厳選したお米を使用しています

<p>「お誕生日無料食券」プレゼント中!! 只今ご継続中のお客様に お客様のお誕生日に3食分の 「無料食券」をプレゼント 中です。ご利用ください。</p> 					<p>1(土)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ますの塩焼き ・竹輪の磯部揚げ ・厚焼き玉子
<p>3(月)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鶏の照り焼き ・ブロッコリー中華炒め ・ジャンボ焼売 	<p>4(火)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豚しゃぶサラダ ・煮物 ・ほうれん草おかか和え 	<p>5(水)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・彩り海鮮ステーキ ・温野菜 ・大根の甘酢和え 	<p>6(木)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ポークケチャップ ・海鮮焼きそば ・みかんシロップ漬 	<p>7(金)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・さんまみりん焼き ・豆腐ステーキ ・刻み昆布イリチー 	<p>8(土)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海老の天ぷら ・大根、コンニャク生姜みそ ・蒸し鶏となすの胡麻和え
<p>10(月)</p> <p>山の日</p>	<p>11(火)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ピーマンの肉詰め ・牛のしぐれ煮 ・いもサラダ 	<p>12(水)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ほっけの塩焼き ・コンニャク唐揚げ ・大根キムチ炒め 	<p>13(木)</p> <p>お盆休み</p>	<p>14(金)</p> <p>お盆休み</p>	<p>15(土)</p> <p>お盆休み</p>
<p>17(月)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ミートオムレツ ・ポークカレー ・キャベツボール 	<p>18(火)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・さばの塩焼き ・大根のマーボ煮 ・とりごぼう 	<p>19(水)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鶏のから揚げ ・挽肉ピーマン春雨炒め ・ジャーマンポテト 	<p>20(木)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・春巻き ・金平ごぼう ・海老チリ 	<p>21(金)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛のバラ焼き ・卵豆腐 ・野菜のコンソメ煮 	<p>22(土)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・筑前煮 ・鶏挽肉とピーマン春雨炒 ・カレイの南蛮漬け
<p>24(月)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鶏むねサッパリ生姜焼 ・けんちん煮 ・春雨の酢の物 	<p>25(火)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・エビフライ ・ポテトフライ ・ツナコーンマヨ 	<p>26(水)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・赤魚の照り焼き ・大根とほうれん草マーボ煮 ・鶏団子ケチャップ煮 	<p>27(木)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・さばの味噌煮 ・豚と白菜の旨煮 ・イカお好み焼き 	<p>28(金)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タンドリーチキン ・切干大根の煮物 ・にん玉じゃが煮 	<p>29(土)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鶏バーグおろしだれ ・ひじきの炒め煮 ・ポテトサラダ
<p>31(月)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カツカレー ・マカロニカラフルサラダ ・隠元くたくたみそ炒め 	<p>今年の夏は暑くなりそうですね。コロナ対策と同時に熱中症にもお気をつけください。 熱中症予防にはバランスの取れた食事を中心に、カリウム、ビタミンB1、クエン酸の摂取が効果的です。 カリウムを多く含むもの・・・小豆、そら豆、いんげん、ほうれん草、じゃが芋、バナナなど ビタミンB1を多く含むもの・・・豚肉、大豆、うなぎ、モロヘイヤ、ハム、海苔など クエン酸を多く含むもの・・・レモン、グレープフルーツ、梅干し、オレンジ、酢など</p> 				



(ひので夕食宅配便からのお願い)

- ☺ 食材は新鮮なものを使用していますが、食中毒防止のため午後10時までにお召し上がりなるようお願いいたします。
- ☺ お召し上がり後は、簡単に結構ですので水洗いをお願いします。
- ☺ 毎月のご注文表は前の月に献立表をお届けしたときにお持ちします。ご注文の日ごとに食数をご記入のうえ係員にお渡しください。
- ☺ 食数の変更は当日12時まで、お電話でご連絡ください。

☺ 手から手へ、まごころこめて...おふくろの味、手作りの味... ☺

ひのでの夕食宅配便 ☎20-3399

*お願い—お電話は午前10時から午後5時までの間をお願いいたします

*食材仕入の都合で一部献立の内容が変更になる場合がありますのでご了承下さいませようお願い致します。