



ひのでの夕食宅配便メニュー

2022



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

		1(水) ・鶏と野菜のトマト煮 ・刻み昆布煮 ・揚げ出し豆腐	2(木) ・豚しゃぶサラダ ・かぼちゃコロケ ・菜の花ベーコン炒め	3(金) ・鯖の塩焼き ・竹輪の磯部揚げ ・信田煮	4(土) ・海老の天婦羅 ・大根とツナの煮浸し ・オクラの柚子和え
6(月) 五穀ご飯 ・牛皿 ・野菜炒め ・さばの味噌煮	7(火) ・ほっけバター醤油焼 ・里芋の煮物 ・蒸し鶏と胡瓜のサラダ	8(水) ・イカの天婦羅 ・塩チャプチェ ・筑前煮	9(木) ・串カツ ・ポテトとなすのカレー ・コールスロー	10(金) ・タンドリーチキン ・さんまの甘露煮 ・いもサラダ	11(土) ・赤魚の煮付け ・肉じゃが ・炒り豆腐
13(月) ・チキンステーキ ・菜の花とあさりのスパゲティ ・さつま芋のチーズ焼き	14(火) 五穀ご飯 ・豚のみそ焼き ・ジャーマンポテト ・ブロッコリーツナ和え	15(水) ・鯖の竜田揚げカレー風味 ・白菜と豚肉の旨煮 ・がんもの旨煮	16(木) ・鶏ムネの唐揚げ ・ポトフ ・わかめの中華和え	17(金) ・チンジャオ風 ・ジャンボ餃子 ・鱈フライ	18(土) ・手作りバーグおろしソース ・オーシャンフライ ・豚肉さつま芋炒め
20(月) ・鱈フライタルタル添え ・キーマカレー風 ・ポテトチーズ焼き	21(火) ・揚げ魚野菜餡かけ ・鶏のホイコーロー風 ・蒸しシューマイ	22(水) 五穀ご飯 ・手作りつくね照焼 ・油揚と牛蒡柳川風 ・ピリ辛コンニャク	23(木) ・ほっけグリル焼き ・チンゲン菜と牛オイスター炒め ・五目切干大根	24(金) ・手作りキャベツメンチ ・赤魚の照り焼き ・南瓜のいとこ煮	25(土) ・豚チーズカツ ・ハヤシライス ・春雨中華サラダ
27(月) ・さけの西京焼き ・五目ひじき煮 ・キャベツの甘酢和	28(火) ・鶏と蓮根和風バーグ ・揚げじゃがの胡麻和え ・イカの中華炒め	29(水) ・野菜のコンソメ煮 ・さんまの甘露煮 ・小松菜と干しエビの煮浸し	30(木) 五穀ご飯 ・ピーマンの肉詰め ・チジミ ・れんこんの金平	*只今3か月以上ご継続中のお客様に、お誕生日に3食分の無料食券をお届けしています。どうぞご利用下さい。 	



(ひのでの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。
- ◎ お召上がり後は、簡単で結構ですので水洗いをお願いいたします。
- ◎ 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。ご注文の日になに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時までの間にお願いたします

*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すようお願い致します。