

# ポポロのお弁当

## 2017 6月のメニュー

ワーカーズ用 ☎ 983-4282

☆豚肉は平田牧場、鶏肉は純国産種のお肉です。  
☆ポポロのお弁当は生活クラブの厳しい基準に

月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	
日替弁当 680円 唐揚げ弁当 610円 (税込価格)				煮込みハンバーグ ゆで玉子 茎若布の炒め煮 コールスロー 和え物 うずら豆	豚肉と牛蒡の落とし揚げ 茄子の味噌田楽 厚揚げ入りひじき煮 南瓜サラダ 胡瓜とかぶの浅漬け	キャベツメンチ 焼き魚 野菜の炊き合わせ 茸の和風サラダ 玉子焼き スパゲティーサラダ	野菜天ぷら つくね 切昆布と野菜の炒め煮 塩レモンドレのサラダ 玉子焼き 和え物
5	6	7	8	9	10	11	
スパイシーささみフライ 焼売 茸入りきんぴら バランスお浸し 玉子焼き 和え物	肉じゃがコロック 鮭の塩麹焼き 高野豆腐の友禅炊き 彩サラダ 和え物 玉子焼き	お休み	鶏と茄子のレモンソース 春巻(白身魚のピリ辛) 切干大根ひじき煮 中華風プルプルサラダ 小松菜のおかか和え 漬物	蓮のはさみ揚げ煮 マーボー茄子 治部煮風煮物 ポテトツナコーンサラダ 卵の花 玉子焼き	ミートコロック 鯖の南蛮焼き 野菜の炊き合わせ 切干大根の和風マヨサラダ 白和え 玉子焼き	メンチカツ マーボー春雨 高野豆腐のオランダ煮 胡麻じゃこサラダ 玉子焼き 漬物	
12	13	14	15	16	17	18	
ミックスフライ 鶏と野菜の中華風 白滝と野菜の炒め煮 フレッシュポテトサラダ うずら豆 玉子焼き	クリーミーコロック 秋刀魚の筒煮 ひじきの煮物 イカと春雨のピリ辛サラダ 小松菜とえのきの和え物 玉子焼き	お休み	つくねん棒 鯖の立田揚げ 切干大根 芋々サラダ 十品目ナムル 玉子焼き	鶏と野菜のピリ辛炒め 茄子の挟みフライ 野菜の炊き合わせ ツナコーンスパサラ じゃこ大豆 玉子焼き	串カツ 鯖の葱味噌焼き 厚揚げ入り煮物 ポテトサラダ 漬物	ユーリンチ カラフル揚げ出し豆腐 はす入りきんぴら 中華サラダ 玉子焼き 漬物	
19	20	21	22	23	24	25	
キャベツコロック ミートボール(中華) 十目ひじき スパゲティーサラダ ナムル 玉子焼き	煮込みハンバーグ ゆで玉子 肉じゃが コールスロー 高野と小松菜の和え物 漬物	お休み	カレーコロック 鯖の南蛮漬け 高野豆腐のオランダ煮 バンバンジー うずら豆 漬物	春巻 焼売 切干大根 カラフルビーンズサラダ 玉子焼き 芋けんぴ	チンジャオチキン 鯖の南蛮焼き コロコロ野菜のきんぴら ゴウヤと鶏の香味酢 茸の和風サラダ 漬物	串味噌カツ マーボー豆腐 筑前煮 マカロニサラダ 小松菜としめじの和え物 玉子焼き	
26	27	28	29	30			
串つくね 白身魚と春雨のピリ辛炒め 高野入り煮物 七色チャイニーズサラダ 漬物 玉子焼き	ミートコロック 鶏チリソース きんぴら風煮物 バランスお浸し 玉子焼き 漬物	お休み	チーズ入りハンペンフライ 秋刀魚の筒煮 切昆布と野菜の炒め煮 かぶサラダ 小松菜の胡麻和え 玉子焼き	鱈フライ 豆腐のふわふわ焼売 茎若布の煮物 ツナコーンスパサラ 五目豆 漬物			

- ※ 材料の都合でメニューの内容が変更になる事があります。
- ※ 魚料理には骨がある場合がございます。お気をつけてお召し上がりください。
- ※ パーティー料理や会議・イベント時のお弁当など、ご予算に応じて承ります。