

# 予定献立表

A: 定食  
B: ヘルシー定食

茨城県鹿嶋市光3番地  
TEL 0299-82-3548  
FAX 0299-82-3547  
株式会社 鹿島フード



	9/27(日)	9/28(月)	9/29(火)	9/30(水)	10/1(木)	10/2(金)	10/3(土)
A	ご注文は 当日朝9:00までに <b>0299-82-3548</b> までご連絡ください。	タコカツ・焼肉メンチ	厚切りハムステーキ・串カツ	ホイコーロー	ユーリンチー	3種のチーズクリームクロック	エビフライ・エビカツ
カレー		小松菜と七味の Pasta 小松菜とシタケのゴマ炒め 鶏のきんぴら包み チンゲン菜中華和え ポテトサラダ 漬物	高野豆腐煮物 厚焼き玉子 ほうれん草おかか和え 穂先メンマ 漬物	金平ごぼう ピーマンフライ 海老こらまんじゅう 人参とわかめのサラダ 漬物	春雨とピーマンのソテー ごぼう巻き煮物 ブロッコリーカレー炒め ナス煮びたし 漬物	ひじき炒め煮 イカてりやき ハムのマリネ 子持ち木耳 漬物	ビーフン炒め ミニチキン 小松菜煮びたし ワカメボン酢和え 漬物
丼物			メンチカツカレー	チーズキーマカレー	ポークカレー		10月1日(木) ネギ塩豚丼
			麺セット(かき揚げ丼)	から揚げ丼	ネギ塩豚丼		

**9月29日(火)  
毎回大好評!!  
麺セット(かき揚げ丼)**



《お知らせ》  
下記、QRコードから予定献立、新メニュー、おすすめメニュー等の案内が閲覧できます。是非、ご利用ください。

<https://hbg.go.go.jp/kashimafood>

	10/4(日)	10/5(月)	10/6(火)	10/7(水)	10/8(木)	10/9(金)	10/10(土)
A	日曜おまかせメニュー 丼・カレー数量限定です。 事前注文も受け付けて おります。 <b>10月5日(月) ごろっとチキンの 親子丼</b>	とんかつ	ハンバーグ(キノコソース)	焼肉	鶏のから揚げ(おろしポン酢)	マグロカツ	塩だれメンチ・ぎょうざ
カレー		ウィンナー入りナポリタン ミートボール 小松菜とシタケのゴマ炒め ワカメ生姜醤油和え 漬物	ベーコンソテー カレークロック カリフラワーマリネ 厚揚げ煮物 漬物	ひじきと豆の煮物 イカフライ チンゲン菜チリソース炒め ビビンバ 漬物	ビーフン炒め 棒ぎょうざ ピーマン塩昆布和え カボチャサラダ 漬物	レンコン金平炒め 豆腐ハンバーグ 小松菜とかまぼこのソテー 子持ち木耳 漬物	切干大根煮物 イカてりやき ブロッコリーと卵の和え物 うぐいす豆 漬物
丼物		牛焼肉カレー	クリーミーコロッケカレー	キーマカレー(目玉焼)	ポークカレー		10月6日(火) 焼き鳥丼盛合わせ丼 (ももたれ・ぼんじり香草)
		親子丼	焼き鳥盛合わせ丼	味噌カツ丼	広東風八宝菜		

※カレー、日替丼物の栄養価には「ライス普通盛 420kcal」が含まれます。  
ヘルシー定食のご飯に関しては、従来どおり「普通盛り」、「大盛り」の提供も致します。  
ご注文時に御希望の分量をお申し付け下さい。  
仕入れの状況等により、一部予告無く献立が変更になる場合がございます。

	g数	カロリー
小盛り	180g	302kcal
普通盛り	250g	420kcal
大盛り	300g	504kcal