

A: 定食  
B: ヘルシー定食

# 予定献立表

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



	1/3(日)	1/4(月)	1/5(火)	1/6(水)	1/7(木)	1/8(金)	1/9(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。  <b>1月5日(火) 初出弁当</b>	ハンバーグ(きのこソース) ベーコンソテー カレーコロッケ カリフラワーのマリネ 昆布佃煮 漬物	<b>初出弁当</b> ヒレカツ・エビフライ 煮物 ブロッコリーと卵の和え物 伊達巻 なます	<b>焼肉</b> ひじきと豆の煮物 イカフライ 青梗菜チリソース ピピンパ 漬物	<b>鶏のから揚げおろしポン酢</b> 山菜スパゲティー 棒ギョーザ ピーマン塩昆布和え カボチャサラダ 漬物	<b>マグロカツ・ササミチーズカツ</b> 蓮根塩金平 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	<b>塩だれ風メンチカツ・ぎょうざフライ</b> 切り干し太鼓ときのこの煮物 イカ照焼 ブロッコリー辛子和え うぐいす豆 漬物
カレー			クリームコ ロケカ レー	チーズ キーマカ レー	ポークカ レー	ビーフカ レー	
丼物			ネギ塩豚 丼	味噌カツ 丼	照り焼きつくね丼	そばろビ ンバ丼	

《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>

	1/10(日)	1/11(月)	1/12(火)	1/13(水)	1/14(木)	1/15(金)	1/16(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。	カニクリームコロッケ・うずら串フライ 中華炒め マス塩焼き 豆の胡麻和えサラダ 昆布佃煮 漬物	チキンステーキ・オムレツ 麻婆春雨 揚げぎょうざ 青梗菜と木耳の中華炒め 大根煮物 漬物	<b>豚キムチ</b> 焼きそば はんぺんチーズフライ 小松菜おかか和え 山くらげ 漬物	<b>豚肉バラバーベキューソース</b> ペペロンチーノ コロッケ 小松菜煮びたし 五目豆 漬物	<b>カブうまハムカツ</b> 金平ごぼう たまごロール メンマと青梗菜の中華炒め あみえび 漬物	<b>キーマカレー風コロッケ</b> スタミナ炒め ハンバーグ ほうれん草なめだけ和え 子持ち木耳 漬物
カレー			チキンカ レー	キーマカ レー(目玉 焼)	ポークカ レー	<b>1月13日(水) うな牛</b> 	
丼物			豚丼(コ チュジャン マヨ)	うな牛	からあげ丼		

※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