

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



	8/29(日)	8/30(月)	8/31(火)	9/1(水)	9/2(木)	9/3(金)	9/4(土)
A	ご注文は 当日朝9:00までに 0299-82-3548 までご連絡ください。	チキンカツ/白身フライおろしソース 麻婆春雨 マカロニサラダ 枝豆と玉ねぎの生姜マリネ メンマとわかめの和え物 漬物 小麦 卵	キムチ牛焼肉/春巻 バジルスパゲティ ミートボール ピーマンゴマ油炒め ミニガンモ煮物 漬物 小麦 卵 乳	チャプチェ/イカ胡麻天 昆布とさつま揚げの煮物 野菜コロッケ ブロッコリー塩炒め あみえび 漬物 小麦 乳 エビ	エビカツ/ヤンニョムチキン 切干大根と椎茸の煮物 海鮮大シューマイ 小松菜とハムの中華炒め 昆布豆 漬物 小麦 卵 エビ カニ	カレー風味焼肉/サバ葱塩 豚肉のすき煮 ごぼう巻の煮物 ほうれん草と竹輪のお浸し うぐいす豆 漬物 小麦 乳	イカフライ・エビカツ スタミナ炒め スパゲティサラダ 蒲鉾ときゅうりの和え物 昆布佃煮 漬物 小麦 卵 エビ
カレー		牛すじカレー 小麦 乳	肉団子と目玉 焼きカレー 小麦 卵 乳	タンドリーチ キンカレー 小麦 乳	ごろっとビー フカレー 小麦 乳	ポークカレー 小麦 乳	9月2日(木) 麺セット(豚丼)
丼物		手作り豚丼	のり弁風丼 小麦 卵	ガパオライス 卵	麺セット (豚丼) 小麦 卵	そぼろピビン バ丼 卵	

《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://blog.goo.ne.jp/kashimafood>

	9/5(日)	9/6(月)	9/7(火)	9/8(水)	9/9(木)	9/10(金)	9/11(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。	チキンカツ/さば柚庵焼 蓮根とひじきの煮物 サルサオムレツ 青梗菜のナムル 茄子の七味炒め 漬物 小麦 卵	照焼ハンバーグ/白身フライ ブロッコリーのニンニクオイル炒め 春雨の酢の物 ガンモと大根の煮物 ポテトサラダ 漬物 小麦 卵 乳	豚塩カルビ/クリームコロッケ 山菜スパゲティ 揚げギョーザ ピーマンと人参の炒め 昆布佃煮 漬物 小麦 卵 乳 エビ カニ	串カツ/野菜炒め こんにゃくピリ辛煮 マカロニサラダ ほうれん草お浸し 山くらげ 漬物 小麦 卵	グリル野菜とチキンのレモンペッパー焼き 野菜炒め 甘酢あん棒 ワカメポン酢和え 厚焼き卵 漬物 小麦 卵	チーズポロニアカツ・オムレツ ひじき炒め煮 中華坦々炒め 春雨の酢の物 子持ち木耳 漬物 小麦 卵
カレー		スタミナカ レー 小麦 乳	チキンカレー 小麦 乳	昔ながらの ポークカレー 小麦 乳	チーズキーマ カレー 小麦 乳	ポークハヤシ 小麦 乳 卵	9月7日(火) オムライス/エビフラ イ・コロッケ
丼物		手作り牛丼	オムライス/エビ フライ・コロッケ 小麦 卵 乳 エビ カニ	鶏てりたま丼 卵	野菜天丼 小麦 卵	焼き鳥丼 卵	

【アレルギー(7大)略称】

- エビ **エビ**
- カニ **カニ**
- 小麦 **小麦**
- そば **そば**
- 卵 **卵**
- 乳 **乳**
- 落花生 **落花生**

※カレー、日替丼物の栄養価には「ライス普通盛 370kcal」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	220g	370kcal
大盛り	300g	504kcal

