

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



A: 定食
B: ヘルシー定食

	6/19(日)	6/20(月)	6/21(火)	6/22(水)	6/23(木)	6/24(金)	6/25(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/サバ竜田揚げ 高野豆腐と椎茸の煮物 ハンバーグ 小松菜煮びたし もやしと枝豆の梅和え 漬物 小麦 乳 卵	豚肉生姜焼き 野菜炒め スパゲティーサラダ オクラとわかめの和え物 ビビンバ 漬物 小麦 乳 卵	ハンバーグ/コーンコロッケ ひじき炒め煮 ほうれん草なめたけ和え マカロニサラダ 穂先メンマ 漬物 小麦 乳 卵	豚キムチ/春巻 小松菜と桜海老の七味パスタ オムレツ ほうれん草とコーンのソテー ワカメ生姜醤油 漬物 小麦 卵 乳 エビ	豚肉のバーベキューソース/イカカツ 切干大根の煮物 棒天 ハムのマリネ 山くらげ 漬物 小麦 卵 乳	
		カレー 丼のみ	ビーフカレー 小麦 乳	タンドリーチキンカレー 小麦 乳	ポークカレー 小麦 乳	牛すじカレー 小麦 乳	チーズキーマカレー 小麦 乳
丼物	ジャンバラヤ/ソーセージ、チキン 乳	ガパオライス 卵	野菜天丼 小麦 卵 乳	韓国風チキン丼 小麦 卵 乳	味噌カツ丼 小麦 乳	そばろびビンバ丼 卵	キムチ牛焼肉丼

※ お知らせ ※
4月より、土日・祝日のメニュー（甲番・乙番）が【丼のみ】のご提供となっております。再度、献立表を確認の上ご注文頂けます様よろしくお願いたします。

	6/26(日)	6/27(月)	6/28(火)	6/29(水)	6/30(木)	7/1(金)	7/2(土)
A	平日の【丼・カレー】は数量限定となっております。事前注文も受け付けておりますのでよろしくお願いたします。	焼肉風メンチカツ/マス塩焼き ナポリタン ミートボール 青梗菜の中華サラダ 海の莖 漬物 小麦 乳 卵 カニ	厚切りハムステーキ/アジフライ 高野豆腐と蓮根の煮物 海鮮大シューマイ ほうれん草おかか和え 穂先メンマ 漬物 小麦 乳 卵 エビ カニ	回鍋肉/タンドリーチキン 金平ごぼう ほうれん草とコーンのソテー えびニラ饅頭 ブロッコリーのマリネ 漬物 小麦 乳 卵 エビ	ユーリンチー 春雨とピーマンのカラフルソテー ごぼう巻の煮物 ブロッコリーのカレー炒め 茄子の煮びたし 漬物 小麦 卵 乳	3種のチーズクリームコロッケ ひじき炒め煮 サルサオムレツ ハムのマリネ 子持ち木耳 漬物 小麦 乳 卵	
		カレー 丼のみ	チキンカレー 小麦 乳	メンチカツカレー 小麦 乳	カツカレー 小麦 乳	昔ながらのポークカレー 小麦 乳	肉団子と目玉焼きカレー 小麦 乳 卵
丼物	手作り豚丼	のり弁風丼 小麦 卵 乳	鶏てりたま丼 卵	ネギ塩豚丼	豚焼肉丼	チャーシュー丼	手作り牛丼

【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

