

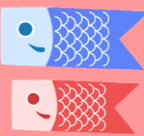
いちえタ食宅配便

宅配専科いちえ

ご予約・お問い合わせ

☎0120-531-541

5月（前半）の 御献立表

5/1 (水)	明治時代に生まれた日本の洋食🍴 ハッシュドビーフ ●白身魚のサルサソース ●ラタトゥイユ ●信田巻き ●オクラとツナの和え物	5/9 (木)	奈良県の竜田川が名前の由来だそうです。 鶏肉の竜田揚げ ●ロールキャベツ ●ザーサイ ●カボチャのマッシュサラダ ●ナスの肉みそ
5/2 (木)	鮭とキノコの名コンビ♠ 鮭とキノコのバター醤油 ●ソーセージ ●インゲンの胡麻和え ●マンゴーのクリームチーズ寄せ ●彩り野菜のオーブン焼き	5/10 (金)	ネギと生姜たっぷりです。 白身魚の香味ソース ●ソーセージと人参のポトフ風 ●かに玉風の甘酢あんかけ ●バターコーン ●がんもの含め煮
5/3 (金)	憲法記念日 の為に休みです。 	5/13 (月)	たっぷりキャベツの メンチカツ ●キノコと豚肉の黒酢炒め ●タケノコとキャベツの梅サラダ ●菜の花からし和え●モロヘイヤ
5/6 (月)	振替休日 の為に休みです。 	5/14 (火)	食べ応え十分な チキンステーキ ●揚げ豆腐のおろしソース ●彩り野菜の炒めもの ●イカとあさりのマリネ●ホウレン草の白和え
5/7 (火)	あっさりしててもがっつり食べれる 豚肉と玉ねぎの青しそ炒め ●カニクリームコロッケ ●春雨の牛そぼろ炒め ●エノキのおろし和え●あさりの佃煮	5/15 (水)	北海道の名物料理 ホッケのちゃんちゃん焼き皿 ●鶏肉と里芋の煮物 ●そぼろ大根 ●ツナとキュウリの和え物 ●キャベツとコーンのコールスロー
5/8 (水)	脂がのってる。 サバの塩焼き ●ささみの海苔塩 ●小松菜のお浸し ●サケフレークのポテトサラダ ●イカとオクラの明太マヨ	5/16 (木)	特製のタレで漬け込んでおります。 鶏肉の漬け込み焼き ●鮭大根 ●肉シューマイ ●金平ごぼう ●菜の花のおかか和え

※パリパリむぎびきご飯

※お知らせ※5月1日、5月2日は営業致します。

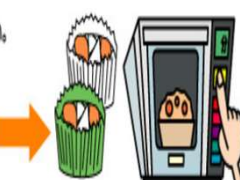
いちえ夕食宅配便

宅配専科いちえ

ご予約・お問い合わせ

☎0120-531-541

5月（後半）の 御献立表

5/17 (金)	春を告げる魚 鯖の幽庵焼き ●肉野菜炒め ●煮豆 ●卵と豆腐のしんじょ ●サツマイモのレモン煮	5/24 (金)	スタミナ満点 茄子と豚肉のみそ焼き ●筑前煮 ●ミートボール ●バンバンジー●大根のゆかり和え ～釜めしDAY～(別紙参照)
5/20 (月)	今回は紅ショウガでを入れてみました。 豚肉の紅生姜焼き ●ブリのから揚げ ●コーンシューマイ ●長イモの梅和え●ささみの明太マヨ ※鮭ワカメご飯	5/27 (月)	オイスターソースが味の決め手 豚肉とキクラゲの玉子炒め ●海鮮餃子 ●ひじきの煮物 ●タコとキュウリの酢の物 ●チンゲン菜とささみの和え物
5/21 (火)	香草とパン粉の香りが食欲そそる。 鮭の香草パン粉焼き ●鶏肉のポン酢煮 ●にら饅頭 ●レンコンサラダ ●ゆで卵とブロッコリーのサラダ	5/28 (火)	牛肉と3種のナムル ビビンバ風 ●目玉焼き ●大根とハムのサラダ ●人参とブロッコリーの蒸し野菜 ●わさび葉のお浸し
5/22 (水)	若鶏の🐔 酢鶏 ●エビとジャガイモのトマトソース ●こんにゃく金平 ●オクラの梅和え ●里芋とひじきのマッシュサラダ	5/29 (水)	優しい味の 赤魚のコーンクリームソース ●春巻き ●キャベツとハムのソテー ●ひき肉とネギの合わせ炒め ●ホウレン草のおかか和え
5/23 (木)	揚げてあるからカロリーゼロ!? 白身フライタルタルソース ●肉じゃが ●春雨サラダ ●菜の花のお浸し ●インゲンとコーンの和え物	5/30 (木)	ご飯が止まらない。 みそチキンカツ ●白菜と鮭のクリームソース ●タケノコの煮物 ●ホウレン草の胡麻和え ●オクラとひじきのサラダ
  生野菜・和え物は取り出して温めて下さい 電子レンジで 約1分30秒		5/31 (金)	ネギたっぷりの 鶏肉のネギマヨ焼き ●ナスとエビの塩炒め●たらこ和えこんにゃく ●ベーコンポテトサラダ●レンコン金平 ※天かすとポン酢の混ぜご飯

※の部分はご飯が変わります。