

テクニカル食堂 月間予定メニュー表

6月



スマートミール指定主菜

日付	アラカルトA	アラカルトB	アラカルトC	丼コーナー	麺コーナー
1 (月)	白身魚のチーストマトソース	若鶏の山賊焼き	豚肉と春雨のカレー炒め	ソースかつ丼(汁付)	タンメン
2 (火)	牛肉と茄子のごまボン酢がけ	焼き鯖の南蛮だれ	和風ハンバーグ	チキン南蛮丼(汁付)	肉うどん・そば
3 (水)	鶏肉とナッツのオイスター炒め	白身魚フライの野菜たっぷりボン酢	ポークソテー マスタードソース	クリームオムライス(汁付)	山椒辛味噌ラーメン
4 (木)	豚肉の南蛮漬け	ねぎ塩チキングリル	鯖の華風サラダ仕立て	温玉キーマカレー(汁付)	冷やし麺フェア 冷やしタンメン
5 (金)	鯖の蒸し焼き 生姜ダレ	チキンソテー サルサマリネ風	ごぼうたっぷり肉豆腐	長崎チャーメン(汁付)	きつねうどん・そば
6 (土)					
7 (日)					
8 (月)	豆腐ハンバーグ ハニーマスタード	若鶏の唐揚げ	鯖の照り焼き	ビーフオムライス(汁付)	肉うどん・そば
9 (火)	豚肉のレモンソテー	白身フライ さっぱり二色ソース	鶏肉の生姜焼き	牛肉ごぼう丼(汁付)	汁なし坦々麺
10 (水)	牛肉のトマトチゲ	ヤンニョムチキン	鮭の味噌漬け焼き	スタミナジャーチャ丼(汁付)	とろろうどん・そば
11 (木)	鮭のムニエル ハーブチーズソース	揚げ鶏のおろしソース	牛と春雨のおかずサラダ	沖縄風タコライス(汁付)	冷やし麺フェア 冷やし中華ごま風味
12 (金)	鶏肉と豆野菜の揚げ浸し	鯖カツ ラビゴットソース	豚肉の塩だれ焼	ナポリタン(汁付)	山菜うどん・そば
13 (土)					
14 (日)					
15 (月)	豚肉と春雨のピリ辛中華煮	さわらのしそ味噌焼き	手作りロースカツ	ガバオライス&春巻き(汁付)	博多ラーメン
16 (火)	牛肉炒め おろしだれ	タンドリーチキン	鯖の辛味あんかけ	カツカレー(汁付)	肉うどん・そば
17 (水)	白身魚の天ぷらチリソース	麻婆春雨	アボカドソースのハンバーグ	ユウリンチ丼(汁付)	長崎風ちゃんぽん
18 (木)	チキン照り焼き オレンジ風味	鯖の辛味あんかけ	味噌ヒレカツ	豚キムチ丼(汁付)	冷やし麺フェア 冷やし器油ラーメン
19 (金)	豚とじゃがいもの四川味噌ダレ	鯖の塩焼き	鶏天	鶏肉とブロッコリーのジェノバパスタ(汁付)	とろろうどん・そば
20 (土)					
21 (日)					
22 (月)	鯖の焼き南蛮漬け	手作りチキンカツ	粒マスタードハンバーグ	カラフルビーマンのドライカレー(汁付)	肉うどん・そば
23 (火)	蒸し鶏のトマトソース	たっぷり野菜のおろしヒレカツ	サーモンの和風ムニエル	四川麻婆丼(汁付)	台湾まぜそば
24 (水)	牛肉とキャベツのブルコギ	チキンディアブル	サワラの香草焼き	かつ丼(汁付)	きつねうどん・そば
25 (木)	豚しゃぶ 梅マヨソース	鶏肉味噌くわ焼	揚げ餃子野菜あん	みそカツ丼(汁付)	冷やし麺フェア 黒酢麻辣冷やし麺
26 (金)	揚げ鯖のおろしだれ	豚肉の生姜焼き	蒸し鶏の胡麻マヨソース	ロコモコ丼(汁付)	カレー南蛮うどん・そば
27 (土)					
28 (日)					
29 (月)	豆野菜の炒り鶏	ひれカツミートソース	揚げ鯖のみぞれがけ	スタミナ味噌豚丼(汁付)	横浜家系醤油ラーメン
30 (火)	牛肉白滝チャブチェ	揚げ鶏のWネギソース	鯖の味噌漬け焼き	五目麻婆丼(汁付)	肉うどん・そば

* 仕入の都合によりメニューが変更になる場合があります