献　立　表

		月	火	水	木	金	土	日
		6/12	6/13	6/14	6/15	6/16	6/17	6/18
朝食 410円		目玉焼き	スクランブルエッグ	卵ともやしの炒め物	焼き魚	ウインナーとキャベツ炒め	大根と厚揚げの煮物	卵とじ
昼食	定食 650円	厚揚げと茄子の味噌炒め	揚げさばの香味ソース	ミックスフライ	チキン南蛮	ジャージャー麺	鶏のから揚げ	八宝菜
		977kcal	900kcal	968kcal	1550kcal	1167kcal	1143kcal	831kcal
	弁当 550円	揚げ出し豆腐	ミートボールのBBQソース	あじの大葉フライ	鶏肉の照り焼き	鶏天の野菜あんかけ	おまかせ	おまかせ
夕食 650円		鶏肉の照り焼き	豚竜田の梅ソース	キーマカレー	豚肉の味噌漬け焼き	鶏のつくね焼き	豚肉のピカタ	鶏肉のマスタード焼き
		1178kcal	940kcal	915kcal	1021kcal	908kcal	1046kcal	1094kcal
		6/19	6/20	6/21	6/22	6/23	6/24	6/25
朝食 410円		ウインナーとキャベツ炒め	和風炒り卵	目玉焼き	卵とウインナー炒め	焼き魚	大根と鶏肉の煮物	肉野菜炒め
昼食	定食 650円	和風ハンバーグ(おろしポン酢)	鮭のホイル焼き	五目野菜ちゃんぽん風炒め	ヒレカツ	中華丼	チンジャオロース	豚肉のBBQソース
		942kcal	829kcal	815kcal	784kcal	828kcal	854kcal	924kcal
	弁当 550円	ささみフライ	チキンのトマトソース煮	魚のから揚げ	麻婆豆腐	冷やし豚しゃぶ	おまかせ	おまかせ
夕食 650円		チキン竜田の香味ソース	チキンソテーバターレモンソース	豚肉となすの葱だれがけ	すき焼き風煮	タンドリーチキン	チキンカツ(トマトソース)	麻婆豆腐
		1206kcal	1129kcal	1128kcal	925kcal	1098kcal	1007kcal	1024kcal

・JARIカツカレー　￥750

・城里ごちそう膳　￥1500
（※城里ごちそう膳は
2日前までのご予約とさせて頂きます）

城里テストセンターレストラン
「味工房みたか」
TEL　029-288-7877

※仕入れの都合により献立に変更がある場合がございます

BENTO EXPRESS Mitaka