献立表

	月	火	水	木	金	土	日
	11/27	11/28	11/29	11/30	12/1	12/2	12/3
朝食 410円	ウインナーと キャベツ炒め	和風炒り卵	大根と鶏肉の煮物	焼き魚	スクランブルエッグ	卵とじ	目玉焼き
昼食 650円	カツ煮	さばの カレー風味揚げ	天ぷら	鶏の香草焼き	豚バラ七味焼き丼	えびとなすの チリソース	豆腐ハンバーグ
	1006kcal	848kcal	889kcal	1046kcal	1190kcal	829kcal	799kcal
夕食 650円	回鍋肉	チキンソテー (バターレモン)	おでん	豚肉の はさみチーズカツ	チキン南蛮	豚肉の塩麹焼き	ハヤシライス
	1037kcal	1157kcal	807kcal	1015kcal	1547kcal	966kcal	928kcal
	12/4	12/5	12/6	12/7	12/8	12/9	12/10
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	ウインナーと キャベツ炒め	大根と鶏肉の煮物	肉野菜炒め
昼食 650円	豚竜田の香味ソース	たらのマヨチーズ パン粉焼き	豚肉と木耳の 卵炒め	ヒレカツ	塩コーンラーメン	チンジャオロース	クリームシチュー
	938kcal	784kcal	991kcal	767kcal	886kcal	910kcal	952kcal
夕食 650円	鶏の七味焼き	チキンソテー (サルサソース)	鶏のつくね焼き	すき焼き風煮	豚肉となすの 葱だれがけ	チキンカツ (トマトソース)	麻婆豆腐
	1112kcal	1108kcal	940kcal	904kcal	1128kcal	904kcal	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

OBENTO EXPRESS Mitaka