



# 8月のメニュー表



ミズ・キャロット 検索

いのちをつぶく  
おいしい食事

月 火 水 木 金

\*ご注文は 8:30~9:45  
までをお願いいたします

ミズ・キャロット 港北ランチ

TEL/FAX 543-2041

6		7		8		9		10	
豚肉の味噌焼き もちもちチヂミ 大根と車麩の煮物 マセドアンサラダ わかめと白滝の和え物	生姜と枝豆の炊込みご飯 マカロニ入りミートローフ サーモンフライ・人参ゼリー 冬瓜と鶏肉の煮物 青菜と油揚げの和え物	酢豚 肉じゃが 小松菜とじゃこの炒め物 人参しりしり	鶏肉のから揚げ 茄子のピザ風 塩きんぴら 白菜とハムのサラダ インゲンの胡麻和え	スパイシーチキン ニラ玉 茄子の田舎煮 胡麻和え トマトのナムル	サバの香味焼き 野菜天 ホイコーロー 厚揚げの胡麻照り焼き ピリ辛大根				
13		14		15		16		17	
								豚しゃぶ フリッター 麻婆春雨 コールスローサラダ 竹輪と青菜のナムル	
20		21		22		23		24	
ソースかつ ジンジャートマト じゃがいもとひじきの煮物 切干大根とツナのサラダ ブロッコリーのおかか和え	白身魚のソテー 揚げごぼう ゴーヤーチャンプルー スパゲティサラダ 高野豆腐のオランダ煮	ハンバーグ 人参のグラッセ 野菜炒め 小松菜の煮びたし こんにゃくの甘辛煮	ひじきご飯・オムレツ 鶏の生姜レモン焼き がんもどきの含め煮 ポークビーンズ・しめじの西京煮 夏野菜の寒天寄せ	カジキの照り焼き 茄子のはさみ揚げ さつま揚げの煮物 青菜の辛し和え きゅうりとセロリの炒め物					
27		28		29		30		31	
魚の胡麻焼き 卵焼き 根菜の煮物 キャベツとわかめの和え物 キャロットラペ	鶏の塩麩焼き ズッキーニのフライ 茄子とピーマンの味噌炒め イカマリネ 木耳の佃煮	ミートボール ナポリタン 五目ひじき 揚げ出し大根 おひたし	サンマのかば焼き 焼き餃子 タイ風春雨サラダ 和え物 かぼちゃのそぼろ煮	豚肉の柚子胡椒焼き 春巻き 卵とじ マカロニサラダ 青菜とコーンの和え物					

~お弁当価格~

- 日替わり弁当 580円
- ご飯大盛 600円
- おかず増し 630円
- ロースかつ 680円
- 発芽玄米 630円
- おかずのみ 480円

今月のおすすめ

金曜限定メニュー  
冷やしうどん天ぷらセット  
630円(税込み)



お楽しみメニュー  
7日(火)・23日(木)

\* 材料入荷の都合により  
メニューの変更もございます。  
ご了承ください。

\* メイン(魚⇄肉)の  
変更もできます。