

# にんじんのお弁当



# のメニュー表

ミズ・キャロット

検索



月	火	水	木	金
1 豚肉のカレーソテー 野菜のフリッター チャプチェ キャベツの生姜醤油和え 田楽	2 魚の照り焼き 竹輪と野菜の串揚げ 切り昆布の煮物 青菜の和え物 パンプキンサラダ	3 ローストチキン ジャーマンポテト マーボ茄子 マカロニサラダ おひたし	4 肉団子の甘辛煮 スクランブルエッグ 大根と油揚げの煮物 バンバンジー 高野豆腐オランダ煮	5 白身魚のフライ ブロッコリーのりあえ 豚肉とごぼうの炒め煮 シルバーサラダ ごまあえ
8 8 体育の日	9 鶏肉のカリッと揚げ 粉ふきいも 回鍋肉 小松菜と高野の和え物 椎茸昆布	10 煮込みハンバーグ にんじんのトマトジュース煮 切り干し大根の煮物 おひたし ピクルス	11 ワカメご飯 カジキの黄金焼き 焼き鳥・根菜の煮物 五色菜サラダ 秋刀魚の筒煮・煮豆	12 スタミナ焼肉 オムレツ 車麩の煮物 揚げだし豆腐 煮浸し
15 魚の香味焼き 蓮根はさみ揚げ 八宝菜 ポテトサラダ おひたし	16 豚肉生姜焼き いかと青梗菜の炒め物 切り干しと切り昆布の煮物 キャベツと鶏のゴママヨ 一夜漬け	17 鯖文化干し コロッケ カレー 青菜の和え物 わかめとえのきの和え物	18 かつ丼風 根菜と竹輪の五目煮 もやしのコリコリサラダ 大根の甘酢生姜	19 鶏肉の生姜炒め 茎わかめの煮物 辛し和え 蓮根とひじきのごまサラダ
22 豚肉の卵とじ 春雨炒め コールスローサラダ 青菜と干しエビの和え物	23 きのこの炊き込みご飯 天ぷら盛り合わせ 炊き合わせ 柿なます 白和え・スイートポテト	24 油淋鶏 炒め野菜添え ひじきの煮物 青菜と海苔のナムル 蒟蒻の甘辛炒め	25 たかきびメンチカツ ナポリタン 肉じゃが 胡麻和え ラーパーツァイ	26 塩 鮭 かき揚げ 大根とさつま揚げの煮物 おひたし 車麩の角煮風
29 からあげ フライドポテト おでん風煮物 青菜のクorma和え 酢の物	30 ゆで豚香味ソース きのこスパゲティ 厚揚げと茄子の煮物 木耳と卵の炒め物 満点大豆	31 魚の塩麩焼き サモサ餃子 きんぴらごぼう かぼちゃのそぼろあん ザーサイときゅうりの和え物	10月 金曜限定メニュー・・・焼肉ビビンバ丼 630円(税込) お楽しみメニュー・・・11日(木) 23日(火) ちきんなんばんバーガーセット・・・18日(木) 580円 *メイン(肉⇔魚)に変更出来ます	

～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
- ロースカツ 680円
- 発芽玄米 630円
- おかずのみ 480円

ご注文は8:30～9:45  
までお願いいたします

ミズ・キャロット  
港北ランチ

TEL/FAX 543-2041

\*松花堂弁当・オードフル  
などご予算に応じて  
承っております

