

ハーモニー7月メニュー		オリジナル弁当540円		彩り弁当650円		コロッケ&唐揚げ弁当		コロッケ、から揚げ、ご飯のみ！ お昼は好きな物だけ食べたい！ そんな方にお勧め		
注文は9:00～10:00 090-1843-1366				3種のご飯 おかずはオリジナルと一緒に/甘味付き				540円		
月	火	水	木	金	土	日				
		1	2	3	4	5				
日替わり弁当は数に限りがあるため、 別メニューになることもあります。 お弁当はお早めにお召し上がりください		とんかつ	鶏のレモンペッパー焼き	豚の竜田揚げ						
		紅ショウガポテト	春巻き	さわらのバジル焼き						
		カリフラワーとインゲンのサラダ	青菜とちくわのあえもの	ズッキーニと玉ねぎのピクルス						
		切干大根のハリハリ漬	中華風こんにゃく	ひじきのしょうが煮						
6	7	8	9	10	11	12				
ハムカツ	鶏オイスターソース照焼き	ポークチャップ	鶏チリ	ムースロー						
麻婆豆腐	ジャーマンポテト	大葉で包んだ真アジフライ	中華風卵焼き	ホッケフライ						
れんこんのきんぴら	コールスローサラダ	春雨の酢の物	ジャガイモのシャキシャキサラダ	オクラとちくわのあえもの						
ブロッコリーのサラダ	ナスの生姜じょうゆ	いろいろ豆のわさび醤油	青菜のごま和え	人参のみそ炒め						
13	14	15	16	17	18	19				
エビチリ	大分とり天	プルコギ	ネギダレ唐揚げ	手作り爆弾コロッケ						
メンチカツ	鮭の塩麹焼き	ハッシュドポテト	海老と春雨のチャプチェ	アジと厚揚げのカレー炒め						
和風マカロニサラダ	もやしの酢の物	きゅうりとわかめのしば漬あえ	高野豆腐のごま煮	れんこんのタラコ和え						
インゲンののり和え	ひじき豆	きのこのマリネ	ゴーヤのつくだ煮	キャベツときゅうりの塩昆布あえ						
20 休業日	21	22	23	24	25	26				
	カレーコロッケ	豚肉の生姜焼き	チキンカツ	和風ハンバーグ						
	さわらのみりん漬	アジフライ	夏のポテトサラダ	ナゲット、ポテトフライ						
	オクラときこの白だし煮	もやしの酢の物	ラタトゥーユ	いんげんのソテイ						
	ピリ辛こんにゃく	ひじき豆	ちくわの煮物	キャロットラペ						
27	28	29	30	31						
エビフライ(2本)	ユージンチー油淋鶏	トンテキ	ホイコーロー	ごほうび弁当 580円						
ショートパスタボロネーゼ	マカロニサラダ	アジの竜田揚げ	白身フライ	鶏そぼろ丼、うどん、 春雨サラダ、焼き菓子						
切干大根の煮物	きゅうりとたくあんのあえもの	中華風野菜の炒め物	いろいろ緑のサラダ							
枝豆とコーンのサラダ	カボチャのチリソース	夏野菜の梅煮	人参とパプリカのつくだ煮							