

## ハーモニー9月メニュー

**注文は9:00~10:00**

090-1843-1366

オリジナル弁当540円



彩り弁当 **650円**



**3種のご飯**  
おかずはオリジナルと一緒に甘味付き

コロッケ&唐揚げ弁当



540円

**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

| 月                                                                                    | 火            | 水            | 木                                                   | 金                                              | 土                                                                                     | 日  |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                                                                                      | 1            | 2            | 3                                                   | 4                                              | 5                                                                                     | 6  |
|                                                                                      | プルコギ         | とんかつ         | 鶏のレモンペッパー                                           | 豚の竜田揚げ                                         |    |    |
|                                                                                      | ハッシュドポテト     | 紅ショウガポテト     | 春巻き                                                 | さわらのバジル焼き                                      |                                                                                       |    |
|                                                                                      | れんこんのサラダ     | 中華野菜の炒めもの    | 枝豆とじゃがいものサラダ                                        | 高野豆腐の煮物                                        |                                                                                       |    |
|                                                                                      | ピリ辛こんにゃく     | 青菜のごまあえ      | ひじきのしょうが煮                                           | インゲンの梅おかかあえ                                    |                                                                                       |    |
| 7                                                                                    | 8            | 9            | 10                                                  | 11                                             | 12                                                                                    | 13 |
| ハムカツ                                                                                 | 鶏オイスター照り焼き   | ポークチャップ      | チキンロール                                              | 和風ハンバーグ                                        |                                                                                       |    |
| 麻婆豆腐                                                                                 | ジャーマンポテト     | フィッシュフライ     | アジと厚揚げのカレー炒め                                        | ナゲット                                           |                                                                                       |    |
| おくらの和えもの                                                                             | 春雨の酢の物       | カレー味のビーンズサラダ | コールスローサラダ                                           | インゲンのソティ                                       |                                                                                       |    |
| 筍ののりあえ                                                                               | エスニックキャロット   | きゅうりのピリ辛あえ   | かぼちゃのハニーマスター                                        | キャロットラペ                                        |                                                                                       |    |
| 14                                                                                   | 15           | 16           | 17                                                  | 18秋のお楽しみ弁当 700円                                |                                                                                       |    |
| エビフライ2本                                                                              | ムースーロー       | 大分とり天        | サーモンフライ                                             | きのこご飯、鰯の竜田揚げ、<br>鶏つくね、<br>なすとちくわの香味あえ、<br>焼き菓子 |                                                                                       |    |
| ショートパスタボロネーゼ                                                                         | ホッケフライ       | 鮭の塩こうじ焼き     | ホイコーロー                                              |                                                |                                                                                       |    |
| ブロッコリーのサラダ                                                                           | 人参とパプリカのサラダ  | 高野豆腐の青菜あんかけ  | もやしのナムル                                             |                                                |                                                                                       |    |
| こんにゃくのニンニク炒め                                                                         | ひじき豆         | キャベツの塩こんぶあえ  | 人参のおかかあえ                                            |                                                |                                                                                       |    |
| 21                                                                                   | 22           | 23           | 24                                                  | 25                                             | 26                                                                                    | 27 |
|  |              |              | えびちり                                                | 唐揚げ                                            |  |    |
|                                                                                      |              |              | メンチカツ                                               | マカロニサラダ                                        |                                                                                       |    |
|                                                                                      |              |              | 切干大根の煮物                                             | カリフラワーのマリネ                                     |                                                                                       |    |
|                                                                                      |              |              | おくらの明太子あえ                                           | じゃがいもの韓国風                                      |                                                                                       |    |
| 28                                                                                   | 29           | 30           |                                                     |                                                |                                                                                       |    |
| カレーコロッケ                                                                              | 豚肉の生姜焼き      | ご褒美弁当 580円   | 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 |                                                |                                                                                       |    |
| さわらのみりん漬け                                                                            | アジフライ        | 鶏そぼろ丼、うどん、   |                                                     |                                                |                                                                                       |    |
| れんこんのソースきんぴら                                                                         | ラタトウユ        | 春雨サラダ、しば漬け、  |                                                     |                                                |                                                                                       |    |
| 玉ねぎのマリネ                                                                              | かぼちゃのバターしょうゆ | 焼き菓子         |                                                     |                                                |                                                                                       |    |