

ハーモニー7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種のおかず
おかずはオリジナルと一緒／甘味付き

コロッケ&から揚げ弁当



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
	鶏肉のレモンソテイ	プルコギ	チンジャオロース	手作り爆弾コロッケ		
	ハッシュドポテト	大葉で包んだ真アジフライ	サーモンフライ	鯖のみりん漬け		
	人参とパプリカの洋風炒め	パンプキンサラダ	高野豆腐とひじきの煮物	コールスローサラダ		
	きゃべつとわかめのごま酢和え	筍のおかか煮	キャベツの梅肉あえ	ズッキーニのソテイ		
7	8	9	10	11	12	13
フィッシュフライ	豚肉の竜田揚げ	春巻き	ムースロー	豚肉の生姜焼き		
麻婆豆腐	鯖の白だし煮	鶏ちり	イカフリッター	アジフライ		
切干大根の煮物	人参のカレーサラダ	れんこんのきんぴら	水菜のサラダ	カラフルビーンズサラダ		
オクラとりのりの三杯酢	昆布の煮物	青菜ときのこのレモン酢	こんにゃくのテンメンジャン炒め	きゅうりとなすのポン酢漬け		
14	15	16	17	18	19	20
トンテキ	ユウリンチー油淋鶏	エビフライ	手作り和風ハンバーグ	ガッツリチキンカツ		
ホッケフライ	紅ショウガポテト	ショートパスタのボロネーゼ	チキンナゲット	明太春雨		
ブロッコリーのサラダ	ヘルシーナムル	春雨サラダ	いんげんのソテイ	ブロッコリーのカニカマあんかけ		
チーズパンプキン	筍とちくわのきんぴら	カレー味の大豆ソテイ	キャロットラペ	キャベツとオクラの酢炒め		
21	22	23	24	25日 お楽しみ弁当 650円		
	鮭のみそ漬け焼き	とんかつ	鰻の南蛮漬け	ゴーヤチャンプル、タルタル白身フライ、梅、ごまご飯、夏野菜のピクルス、焼き菓子 ※他のお弁当はお休みです		
	牛肉コロッケ	マカロニサラダ	枝豆 & コーンコロッケ			
	いんげんとコーンのサラダ	ラタトゥイユ	れんこんのカレー炒め			
	韓国風こんにゃく	おくらの塩昆布あえ	カリフラワーのごま酢			
28	29	30	31日 新ごほうび弁当			
ハムエッグフライ	ポークソテイジンジャーソース	大分鶏天	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。できるだけお早目にお召し上がりください。	
イカの生姜焼き	かぼちゃひき肉フライ	はんぺんの卵焼き	あま辛ソースカツ丼			
きのこレンコンの炒り煮	高野豆腐の煮物	もやしとピーマンのナムル	うどん、春雨サラダ、煮卵、焼き菓子			
いんげんのマスタード和え	なすとパプリカの炒め物	きゅうりの梅あえ	※他の弁当はお休みです			