

7月DX献立表

健康づくりのお手伝い



今月の炊き込みご飯 7/10(木) ご飯につけて！カオマンガイ

タイ料理のひとつ。カオマンガイ
タイのチキンライスとも呼ばれています！
日本人向けの味付けにしたので、ぜひぜひご賞味あれ♡



夏の味覚フェア

今月から 毎月のフェアを開催決定することになりました！今月は、夏の味覚フェア
今しか食べられない、メニューをたくさんご用意しています★見逃し厳禁♡♡

1日
ブルーベリーゼリー



7日
七夕あんにん



4日
マンゴー

8日
枝豆のカレー炒め

11日
ピーマンと人参の
中華炒め

15日
切干大根のゆかり和え
梅のせ



24日
特製甘辛だれで食べる
夏野菜と唐揚げ

26日
パイナップル

28日
ゴーヤチャンプル

30日
鰹梅と
わかめの出汁煮



メニュー名には記載していない”隠れ夏野菜”も！！ぜひ発見した方は、インスタにてメッセージまっています☑

月	火	水	木	金	土
 七夕メニューは星三昧★ コロッケ・オムレツ・ マカロニ・杏仁豆腐 ぜんぶ星型！ 入船弁当がこれからも たくさんの人に喜んでいただ けますように…	1 ナポ×オム×カラ！ ブルーベリーゼリー 野菜コロッケ 人参しりしり 515 Kcal塩分量 2.7 g	2 豆腐たっぷり牛すき煮 濃厚魚介のまぜうどん 紅生姜の一口き揚げのせ やみつ大根サラダ 木耳と小松菜のピリ辛炒め 193 Kcal塩分量 1.4 g	3 豚肉と高菜の焼きビーフン 大豆とひじきのさっぱり和え キャベツの煮浸し 386 Kcal塩分量 1.4 g	4 甘辛テリ&洋食屋の食べる タルタル Wソースバーグ ジャーマンポテト風フライ 切干大根のカレー炒め マンゴー 515 Kcal塩分量 2.7 g	5 唐揚げのつけ 焼うどん 牛すじコロッケ&コーンマヨサラダ 小松菜ときざみ揚げのさっと煮 人参のラベ 465 Kcal塩分量 2.8 g
7 星型おかずのスタミナ盛り ～コロッケとオムレツ～ 星マカロニのごちそうマヨサラダ ひじきの煮物 七夕あんにん 322 Kcal塩分量 3.2 g	8 ぶりっと入船エビフライ&チキンカツ デミソースがけ イタリア風パスタ 木耳と玉ねぎのナムル 枝豆のカレー炒め 374 Kcal塩分量 1.6 g	9 瀬戸内レモンチキンカツ 大根おろしソースがけ 花野菜のそぼろ和え 大根の味噌炒め わかめの薬味煮 365 Kcal塩分量 2.6 g	10 ご飯につけて！ カオマンガイ 筍と野菜の胡麻高菜炒め 切干大根煮 大豆とひじきの健康サラダ 281 Kcal塩分量 2.7 g	11 2層の明太子入りコロッケ &麻婆野菜 かぼちゃと大根の炊き合わせ ピーマンと人参の中華炒め ゴボウとれんこんの胡麻マヨサラダ 258 Kcal塩分量 1.5 g	12 鶏唐揚げ&メンチカツ スタミナ野菜炒め わかめと人参の酢の物 大根の塩昆布和え 330 Kcal塩分量 2.8 g
14 手作り醤油唐揚げ×焼きそば 生姜天を添えて 豚と大根の生姜炒め 白菜と青菜のお浸し れんこんと枝豆の和風サラダ 404 Kcal塩分量 1.9 g	15 さばの味噌煮 &舞茸入りかき揚げ ペンネアラビアータ 豚とキャベツのガリバタ炒め 切干大根のゆかり和え 梅のせ 337 Kcal塩分量 2.3 g	16 カレーの三重奏 ～コロッケ、ラビオリ、キャベツ～ 厚揚げの鶏そぼろあんかけ わかめの青じそドレサラダ きんぴらしらたき 325 Kcal塩分量 2.3 g	17 魚の彩り 清涼箱 そうめん 焼き茄子 かき揚げ 287 Kcal塩分量 3.3 g	18 塩だれたこ焼きと 塩豚のスタミナ盛り 餅巾着のやさしい炊き合わせ 自家製 明太マヨポテサラ 3色ナムル 315 Kcal塩分量 2 g	19 濃厚トマトソースフライ &唐揚げ 豚と野菜の胡麻高菜炒め ひじきのマヨサラダ 小松菜と椎茸の酢味噌和え 387 Kcal塩分量 1.6 g
21 厚切りハムカツとミニコロッケ 小松菜ベロマカロニ添え ひじきとさつまいもの胡麻サラダ 春雨の中華和え 白菜ののり蒸し煮 418 Kcal塩分量 2.8 g	22 新食感！！餃子フライ さっぱりおろしポン酢で 鶏とこんにゃくの土佐煮 切干大根のケチャップ炒め いんげん&コーンのごま和え 339 Kcal塩分量 3.4 g	23 旨味だし鍋天&焼売 お好み焼き風 海鮮ステーキ 大根のさっぱりサラダ 小松菜と揚げの煮物 319 Kcal塩分量 3.4 g	24 特製甘辛だれで食べる 夏野菜と唐揚げ 塩焼きそば 玉ねぎのマリネサラダ 大豆のカレー炒め 481 Kcal塩分量 2.4 g	25 ぶりっと入船エビフライ &クリームフェットチーネ 自家製チキンカレー 洋食屋の食べるタルタルサラダ こんにゃくの甘煮 374 Kcal塩分量 1.9 g	26 Wさわらのカレー竜田 巻かないロールキャベツ煮 椎茸とひじきの旨煮 パイナップル 376 Kcal塩分量 3 g
28 醤油で食べる白身フライ &ゴーヤチャンプル ソース焼きそば ふきと大豆の炒め煮 干し海老入りキャベツ天&大学いも 387 Kcal塩分量 2.7 g	29 洋食屋の食べるトマトソースがけ ハンバーグ&一口とんかつ じゃがいもとブロッコリーのカレー炒め キャベツのさっぱり和風ナムル ひじきとこんにゃくの煮物 361 Kcal塩分量 3 g	30 鶏じゃが 磯香る クラッシュハムカツ カレー餃子&大根の生妻炒め 鰹梅とわかめの出汁煮 436 Kcal塩分量 3.9 g	31 海老と鶏の天ぷら盛り合わせ 大根おろしソース イカ耳と野菜の中華炒め 玉ねぎのコーンマヨサラダ 白菜の甘酢煮 321 Kcal塩分量 3.5 g	入船公式Instagram 毎日更新中...ぜひチェック♡ 「食の喜び」の創造 入船 ○新鮮な食材を使用しておりますが、13時までにはお召し上がりください。 ○ご飯のカロリー200g(312kcal)は含んでおりません。 ○個包装の調味料はご使用量に個人差がございますので表記カロリーには含まれておりません。 ○容器には、お箸や紙コップなどをお入れにならないようにお願いいたします。 ○容器には電子レンジ対応はございません。使用する場合は、個包装の調味料などが入って いないかを確認していただき、 それらを除いて(500wで約1分)を目安に温めてください。 ○仕入れの都合上、メニューとは異なる場合はご了承ください。 ○土日祝は配達できないエリアがございます。ご理解のほどよろしくお願いいたします。	

洋食屋の食べるタルタル
手作り唐揚げ
ご飯につけてシリーズ

ぷりっと入船エビフライ
炊き込みご飯

要
チェック！
愛情
てんこ盛り♡