



# 株式会社マイ・コック 愛菜弁当メニュー



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<b>【6/5(水)ご当地メニュー★神奈川県】</b> <b>**鎌倉井**</b> 神奈川県鎌倉市の一部地域の飲食店などで供される海老を出汁で炊いたものや海老の天ぷらもしくはエビフライなどを卵でとじてどんぶり飯の上にのせた料理です。今回はエビフライの上に甘辛く味付けをした卵あんをかけて提供させていただきます。 <b>**焼 売**</b> 横浜市は焼売の消費額日本一の都市で観光地として中華街のイメージも強いことから焼売のものが横浜の名物として定着したと考えられるそうです。ちなみに上に乗っている「グリーンピース」は蒸し籠を開けた時に湯気の中でも数えやすくする為だそうです。					1日 <b>お任せメニュー</b> 
3日 814Kcal <b>ヒレカツ</b> ~おろしポン酢~  ポテトサラダ 柚子胡椒塩だれ炒め	4日 824Kcal <b>鶏 天</b>  高菜パスタ 茄子とズッキーニのラ外ウイ	5日 ★ 神奈川県 ★ 736Kcal <b>NEW ON THE RICE♪ 鎌倉井</b>  焼 売 切干大根の煮付け	6日 739Kcal <b>手作り白身フライ</b>  豚ニラ炒め 麻婆春雨	7日 836Kcal <b>チキンカツ</b>  <b>NEW</b> マカロニのミートソース炒め コンソメ煮	8日 <b>お任せメニュー</b> 
10日 765Kcal <b>豚キムチ</b>  ウィナーじゃがフライ 菜の花のすりおろしドレ和え	11日 840Kcal <b>マイ・コック人気№1♪ 鶏の唐揚げ</b>  明太子パスタ 豚バラ大根	12日 732Kcal <b>ミックスフライ</b>  野菜炒め 茄子の生姜煮	13日 801Kcal <b>鶏のねぎ塩焼き</b>  コーンコロケ 豆腐のひき肉炒め	14日 774Kcal <b>NEW アジフライ</b> ~タルタルソース~  焼肉のタレ炒め 肉じゃが	15日 <b>お任せメニュー</b> 
17日 881kcal <b>ハンバーグ</b> ~トマトソース~  カレーコロケ キャベツの粒マスタード炒め	18日 757Kcal <b>エビフライ</b>  オムレツ~デミグラスソース~ チリピーンズ	19日 <b>NEW</b> 809Kcal <b>ディアボラ風チキン</b>  パンネのガーリック炒め ポトフ	20日 722Kcal <b>オススメ♪ 味噌カツ</b>  茄子のお浸し 鶏と蓮根の炒り煮	21日 748Kcal <b>豚の生姜焼き</b>  イカカツ チンゲン菜のおかか和え	22日 <b>お任せメニュー</b> 
24日 835Kcal <b>豚のチリソースがけ</b>  ビーフン 豆腐の高菜炒め	25日 762Kcal <b>ON THE RICE♪ 天ぷら盛り合わせ</b>  筑前煮 茄子の甘酢煮	26日 767Kcal <b>メンチカツ&amp;焼うどん</b>  あっさりセロリソテー <b>NEW</b> ニラ玉もやし	27日 778Kcal <b>↓オススメ↓ 鶏の出汁唐揚げ</b>  コールスローサラダ 中華煮	28日 816Kcal <b>ON THE RICE♪ 豚 井</b>  すき焼きコロケ 蓮根の塩だれ炒め	29日 <b>お任せメニュー</b> 

- ・献立は材料の都合により変更させて頂く場合があります。予めご了承下さいませようお願い致します。
- ・表示のエネルギーは、ご飯(400kcal)を含みます。

**Web注文が出来るようになりました!!**  
 Web注文をご希望の際は、担当営業所へご連絡下さい。

★ インスタグラム★ ホームページ★  
 ご登録いただくと  
 毎日のメニューがご覧いただけます♪

よろしければ  
 「Google クチコミ」への  
 投稿、お待ちしております!

瀬野川営業所 広島市安芸区中野1-8-3 TEL (082) 893-2626  
 呉営業所 呉市広多賀谷1-8-12 TEL (0823) 74-2424  
 ホームページアドレス <http://hiroshima-mycook.jp/>

