



# 2026年7月メニュー

※国産米使用  
 ライス普通 380kcal  
 ライス大盛 550kcal

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			天ぷら三種盛 豆腐ステーキ ペペロンチーノ 切干大根サラダ のり佃煮	自家製カレー ヒレカツ グリーンサラダ ソーセージ	チキン南蛮 ハムステーキ アスパラベーコン 大根そぼろ煮 ふりかけ	おまかせ弁当
			477kcal	452kcal	500kcal	
5	6	7	8	9	10	11
休み	カニクリームコロッケ たら甘酢あん ナポリタン 椎茸と大根の煮物 山菜おひたし	ベーコンエッグカツ 海鮮小判焼 マーボーなす ふさと竹の子の煮物 カニ風味サラダ	塩唐揚げ さつま揚げ生姜焼 野菜炒め 厚揚げの煮物 ブロッコリーの胡麻和え	ハンバーグおろしソース ロールキャベツ 磯香るローズハムカツ 雷こんにやく ごまなます	アジフライ玉子とじ ホウレン草おひたし 切干大根 なめたけ	おまかせ弁当
	489kcal	471kcal	467kcal	475kcal	472kcal	
12	13	14	15	16	17	18
休み	チンジャオロース もっちり水餃子 トマトオムレツ イカフライ レンコン甘酢和え	枝豆コロッケ サバ味噌煮 里芋と大根煮物 こまつなナムル 椎茸こんぶ	マーボー豆腐 マス塩焼 はんぺん磯辺揚 キャベツキムチ	自家製カレー チキンカツ ミートオムレツ グリーンサラダ	とり照焼き サバ竜田 大根田舎煮 れんこんきんぴら ブロッコリーナムル	おまかせ弁当
	489kcal	463kcal	482kcal	458kcal	466kcal	
19	20	21	22	23	24	25
休み	おまかせ弁当	ハヤシチュー ハムカツ 春雨サラダ 白菜みぞれ和え にらまんじゅう	爆弾メンチカツ チヂミ ミートスパゲティ 甘酢なす 大根ツナサラダ	ハンバーグデミソース ミニ春巻き 五目ひじき キムチ	油淋鶏 焼きアジ コールスローサラダ 厚揚げピリ辛煮 とうもろこし	おまかせ弁当
		480kcal	489kcal	482kcal	499kcal	
26	27	28	29	30	31	
休み	自身フライタルソース オムレツ ツナトマトスパゲティ オクラわさび和え もずく	バジルチキン クリーミーコロッケ ペンネアラビアータ ホウレン草クリーム煮 こんにやく田楽	豚ローズ味噌焼 かにかまフライ チンゲン菜炒め きんぴらごぼう カリフラワーマリネ	八宝菜 豆腐ハンバーグ トマトソースフライ もやし辛子和え	若鶏の味噌焼 もやしの挽肉炒め なめことオクラのみぞれ和え 玉子豆腐	
	470kcal	472kcal	465kcal	469kcal	466kcal	

## はながおランチ

高崎市貝沢町780-5  
 TEL 027-363-1305  
 FAX 027-363-4458



※お弁当は食品衛生上、  
 お早めにお召し上がりください。  
 ※仕入れの関係で献立が  
 変更される場合があります。  
 ※容器の回収は翌日になる場合も  
 ありますので、ご了承ください。  
 ※容器は電子レンジ使用不可で  
 お願い致します。