

献立表

茜 *akane*
(ごはん付) 550円(税込)

Kランチ 550円(税込)

ご注文は前日午後3時までをお願いします

2026
8/1~31



土 SATURDAY

1

茜 ジューシーメンチカツ & 豆乳入花しんじょ 五目煮 青菜とキャベツお浸し

K ランチ

8

茜 ハムカツ & オムレツ 高野豆腐の煮物 ちくわカレー炒め

K ランチ

15

夏季休業

22

茜 野菜コロッケ & ニらまんじゅう 野菜の煮物 いんげんとコーンのソティ

K ランチ

29

茜 エビカツ & ジャンボシューマイ キンピラゴボウ ポテトサラダ

K ランチ

31

茜 天丼のタレで食べる いか天ぷら & 竹輪天 麻婆大根

K ランチ

31

高崎共同食事協同組合 群馬県高崎市上豊岡町561番地 TEL:027-343-8555 FAX:027-343-8561 (ご注文受付時間:午前8時~午後3時)

月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY	土 SATURDAY
3	4	5	6	7	8
茜 新潟風たれかつ 457 2.6 キンピラ*ポテトサラダ	茜 サクサク ジューシー 旨み唐揚げ 419 3.1 ニらやきそば	茜 四川回鍋肉 & 水餃子 297 2.4 春雨のスパシー炒め	茜 BIGハンバーグの シャリアピンソース 412 3.3 もやしナムル	茜 牛肉コロッケ & 肉団子 322 2.5 ひじき炒り煮 ほうれん草ワカメ和え	茜 ハムカツ & オムレツ 343 2.5 高野豆腐の煮物 ちくわカレー炒め
K ランチ 五穀米ごはん 505 2.7 チーズインメンチカツ & 厚焼玉子 キムチ炒め 花かんも煮	K ランチ ゆかりごはん 432 2.4 挽肉と厚揚げのスパシー炒め キャベツと若布のサラダ マカロニたまごサラダ	K ランチ スパゲティミートソース 475 2.6 胚芽ロールパン かぼちゃフライ 青菜と油揚げのお浸し	K ランチ さけとぼろごはん 601 1.6 鶏肉の西京焼き フライドポテト たけのこしゅうまい	K ランチ 野菜ふりかけごはん 560 2.4 ハンバーグのBBQソース ガーリックジャーマンポテト パイン缶	K ランチ
10 麺并当休	11	12 麺并当休	13	14	15
茜 ジューシーメンチカツ & 彩り野菜つみれ 400 2.3 レンコン白ごま炒め 小松菜とパプリカの塩だれ和え	*山の日*	茜 アジフライ & かにしぐれ 316 3.6 糸昆布炒り煮 ほうれん草お浸し	*夏季休業*	*夏季休業*	*夏季休業*
K ランチ たらこふりかけごはん 497 1.9 ささみフライ 水餃子 肉団子		K ランチ おかかごはん 438 2.1 とぼろ肉じゃが エビカツ コーンソティ			
17	18	19	20	21	22
茜 いん果汁でサッパリ 唐揚げ 406 2.9 しょうゆパペロンチーノ ひじきコーン炒り煮	茜 のり弁風 ごはんの上にのせて 白身魚フライ & ちくわの磯香揚げ 味付のりP 糸昆布炒り煮 288 3.2 有明海産	茜 トマトソースハンバーグ & ごま香る甘辛チャブチエ 312 2.9 れんこんとこんにゃく炒め	茜 <サービスメニュー> えびフライ & 醤油味の旨味イカカツ 豚肉のスタミナ炒め 338 3.0	茜 鶏天のおろしポン酢 & かぼちゃ天ぷら 344 2.6 ツナポテトのケチャップ炒め	茜 野菜コロッケ & ニらまんじゅう 292 2.7 野菜の煮物 いんげんとコーンのソティ
K ランチ たまご青菜ごはん 524 2.9 三角中華春巻 & かにしゅうまい れんこんの白だしきんぴら 焼きナスのナムル	K ランチ 五穀米ごはん 506 2.0 豚カツ 鬼おろしソース きんぴら わらび餅	K ランチ 野菜ふりかけごはん 538 1.9 鶏むね唐揚げ みそちゃんぽん炒め もやしカレー炒め	K ランチ ソースカツ丼 590 1.8 枝豆とベーコンの和風パスタ とぼろ肉じゃが 人参ツナソティ	K ランチ ゆかりごはん 462 2.4 鮭の西京焼き ビーフンカレーソティ カリフラワーサラダ	K ランチ
24	25	26	27	28	29
茜 きょうしよく特製!! メンチカツの手作りゴマソース 419 3.7 切干大根煮*ピリ辛ちくわキムチ	茜 和風おろしハンバーグ & たこちゃんウインナー 468 3.1 春雨の生姜炒め	茜 タンドリーチキン & シーフードやきそば 322 2.2 水餃子のチリソース	茜 大根おろしと醤油で食べる トンカツ 312 2.8 キャベツと若布のごま和え	茜 ごはんが進む! 豚キムチ炒め アジ大葉フライ & チデミ 289 2.6 中華風サラダ	茜 エビカツ & ジャンボシューマイ 374 2.2 キンピラゴボウ ポテトサラダ
K ランチ 青菜ごはん 486 3.5 揚げギョーザ油淋鶏ソース エビカツ さっぱり和え	K ランチ なす豚キムチ丼 552 2.5 チンジャオロースビーフン ほうれん草カニカマ和え キャンディチーズ	K ランチ とりとぼろごはん 564 1.9 アジ大葉フライ 肉豆腐 枝豆高菜炒め	K ランチ 野菜たっぷりドライカレー 569 2.7 牛肉コロッケ & チーズ クリームソーダ 人参サラダ うずら卵煮	K ランチ ラタトゥイユパスタ 438 2.4 黒糖ロールパン サワークリームポテトフライ ほうれん草とコーンのツナナムル	K ランチ
31					
茜 天丼のタレで食べる いか天ぷら & 竹輪天 297 2.5 麻婆大根	みどり色のメニューは 新作&おすすめの一部です。ぜひ食べてみて下さい。	清潔な容器でお召し上がり いただく為に協力ください	期間限定 冷しめん 弁当 650円(込)	お願い、 ★お弁当は陽の当たらない涼しい場所 に置き、13:30迄にお召し上がり下さい ★弁当容器のまま電子レンジに かけないで下さい 万が一、お弁当に異変を感じましたら 食わずに至急弊組合までご連絡下さい	ご注文 & お問い合わせ 高崎共同食事協同組合 群馬県高崎市上豊岡町561番地 TEL:027-343-8555 FAX:027-343-8561 (ご注文受付時間:午前8時~午後3時)

*上段: エネルギー(kcal) 下段: 塩分(g)を表示しています(茜おかずのみ)

*茜のごはん1食当たり320kcal、蛋白質5.5gです

*Kランチのカロリー、塩分は主食も含まれています

※都合により献立が一部変更になる場合がございます。予めご了承ください。