

5月

おおさか楽膳の選べる月間献立表



保存版(1ヶ月)

※お肉メイン、お魚メインから、毎日好きなお弁当をお選びください。※副菜は両方共通です。※お楽しみ弁当は、下部に詳細がございます。

		5/1(水)	5/2(木)	5/3(金)
お肉メイン		鶏肉の香草焼き じゃがいもとツナのあっさり煮	メンチカツ・かぼちゃコロッケ 鶏肉と野菜の塩炒め	憲法記念日
お魚メイン		ホキのカレーマヨ焼き じゃがいもとツナのあっさり煮	鯖のムニエル 鶏肉と野菜の塩炒め	
共通副菜		なすのミートソース ほうれん草のおかか和え れんこんとちくわのピリ辛金平 煮豆	マカロニサラダ 筑前煮 いんげんのごま和え 香の物	

	5/6(月)	5/7(火)	5/8(水)	5/9(木)	5/10(金)
お肉メイン	振替休日	豆腐ハンバーグのきのこあんかけ ツナじゃが	鶏肉と野菜の揚げ浸し 肉味噌田楽	豚肉のオイスターソース炒め 大根金平	鶏肉のチーズ焼きデミソース チャプチェ
お魚メイン		海鮮団子のチリマヨ ツナじゃが	鯖の柚子胡椒煮 肉味噌田楽	タラのきのこマヨ焼き 大根金平	ホキのねぎあんかけ チャプチェ
共通副菜		れんこん天ぷら 大根の煮物 ほうれん草のソテー フルーツ	スナップエンドウのサラダ 白菜の塩和え物 ちくわ磯辺揚げ 佃煮	ブロッコリーのソテー 揚げ餃子 トマトマリネ 香の物	筍の土佐煮 ポテトサラダ 白菜のごま和え 煮豆
お楽しみ弁当			ひつまぶし弁当		

	5/13(月)	5/14(火)	5/15(水)	5/16(木)	5/17(金)
お肉メイン	肉豆腐 ふんわり天の生姜あんかけ	鶏肉の唐揚げ チーズ風味 野菜の甘酢あん	かに玉 筑前煮	とんてき風炒め 長芋といんげんの煮物	鶏ちゃん風 がんととなすの煮物
お魚メイン	カレイの唐揚げ 南部だれ ふんわり天の生姜あんかけ	ホキの西京焼き 野菜の甘酢あん	マスのチャンチャン焼き 筑前煮	鯖の野菜あんかけ 長芋といんげんの煮物	あじのきのこソースがけ がんととなすの煮物
共通副菜	アスパラそばろ炒め カニカマサラダ 白菜ゆかり和え フルーツ	ほうれん草の和え物 じゃこ天 こんにゃく煮物 煮豆	高野豆腐の煮物 ブロッコリーサラダ ピーマンのツナ炒め 香の物	金平ごぼう コールスローサラダ ヤングコーンのソテー フルーツ	スパゲティ 小松菜ごまだれ和え 揚げ焼売 香の物
お楽しみ弁当			温玉付き焼き肉丼		

	5/20(月)	5/21(火)	5/22(水)	5/23(木)	5/24(金)
お肉メイン	豚肉の土手煮風 かぼちゃの揚げ煮	鶏肉のバーベキュー焼 じゃがいもといかの煮物	焼売の甘酢野菜あん 根菜とさつま揚げの煮物	豚肉の柳川風 がんもの炊き合わせ	★鶏肉のカオマンガイ風 カボチャコロッケ
お魚メイン	鯖のおろし煮 かぼちゃのソテー	鯖の梅しそだれ じゃがいもといかの煮物	カレイの高菜煮 根菜とさつま揚げの煮物	ホキのピザ風 がんもの炊き合わせ	アジの塩焼き カボチャコロッケ
共通副菜	あさりの炒め ごぼうサラダ オクラの塩昆布和え 香の物	中華炒め カリフラワーのサウザン和え 竹の子の金平 煮豆	ジャガイモの煮物 マカロニサラダ ブロッコリーのソテー 香の物	小松菜のツナ和え れんこんの塩だれ炒め 麻婆ナス 一口ゼリー	水餃子 人参のごま和え 小松菜のソテー フルーツ
お楽しみ弁当			ひつまぶし弁当		

	5/27(月)	5/28(火)	5/29(水)	5/30(木)	5/31(金)
お肉メイン	豚肉の生姜焼き 里芋のきのこおろしあんかけ	鶏肉のゆず胡椒炒め ジャーマンポテト	ケチャップミートボール 春巻き	豚肉のソテー ごまだれ かぼちゃのそばろ煮	鶏南蛮 タルタルソース 大根とほたての煮物
お魚メイン	鯖のピリ辛煮 里芋のきのこおろしあんかけ	タラのムニエル ジャーマンポテト	赤魚のごま味噌煮 春巻き	★アジのお好み焼き風 かぼちゃのそばろ煮	鯖のけんちんあん 大根とほたての煮物
共通副菜	スナップエンドウのサラダ 切干大根の煮物 オクラの白だし漬け フルーツ	大根の煮物 チンゲン菜の和え物 ちくわ炒め物 煮豆	ひじきの煮物 いかと野菜の炒め物 カリフラワーの梅和え 香の物	ツナサラダ エリンギの炒め物 なます 昆布煮	ピーマンソテー 海藻の酢の物 小松菜のナムル 一口ゼリー
お楽しみ弁当			温玉付き焼き肉丼		

今月の一言

☆5月が旬の食材、「サワラ」「アジ」「あさり」「アスパラガス」「たけのこ」「じゃがいも」などを使用しました。
★5/24の「鶏肉のカオマンガイ風」はタイの名物をイメージした新メニューです。
★5/30の「アジのお好み焼き風」は旬の食材であるアジを使用した新メニューです。焼いた魚にお好みソースやおのりをかけました。

5月 お楽しみ弁当メニュー

5/8(水) 5/22(水)

ひつまぶし弁当 980円

5/15(水)

温玉付き焼き肉丼 880円

※材料の都合により一部メニューが変更になる場合がございます。

楽膳株式会社

6月

おおさか 楽膳の選べる月間献立表



保存版(1ヶ月)

※お肉メイン、お魚メインから、毎日好きなお弁当をお選びください。※副菜は両方共通です。※お楽しみ弁当は、下部に詳細がございます。

第1週	6/3(月)	6/4(火)	6/5(水)	6/6(木)	6/7(金)
お肉メイン	とんかつ わかめと筍の煮物	牛すき煮 厚揚げのオイスター炒め	蒸し鶏のごまだれ 麻婆豆腐	和風おろしハンバーグ 野菜のトマト煮	鶏肉のマスタード焼き 野菜たっぷりビーフン
お魚メイン	ホッケのみりん焼き わかめと筍の煮物	ホキのごま味噌焼き 厚揚げのオイスター炒め	ミックスフライ(えびフライ・白身フライ) 麻婆豆腐	鯖の梅煮 野菜のトマト煮	赤魚のおろし煮 野菜たっぷりビーフン
共通副菜	じゃがいものソテー いんげんのごま和え マカロニサラダ 香の物	小松菜とえのきの煮浸し アスパラガスと人参のツナサラダ オクラのゆかり和え 煮豆	ひじき煮 ほうれん草とコーンのソテー カリフラワーのカレー炒め 香の物	チンゲン菜のごま風味 キャベツのマリネ きのこのソテー フルーツ	里芋の煮物 ちくわの天ぷら 水菜サラダ 小粒大福
お楽しみ弁当			ひつまぶし弁当		

第2週	6/10(月)	6/11(火)	6/12(水)	6/13(木)	6/14(金)
お肉メイン	鶏肉の塩こうじ焼き 炒めなます	肉団子 ラタトゥイユソース 白はんぺんフライ	鶏肉の香味ダレ れんこんと豚肉の旨塩炒め	ねぎと豚肉の山椒味噌炒め ポトフ	親子チキンカツ 厚揚げのそぼろ煮
お魚メイン	ブリの黒酢照り焼き 炒めなます	鯖のマリネ風 大根の鶏そぼろあんかけ	タラのムニエル デミグラスソース れんこんと豚肉の旨塩炒め	鯖のトマトソース ポトフ	アジのごまだれ 厚揚げのそぼろ煮
共通副菜	肉巻き ポテトサラダ ナムル 煮豆	炙りじゃこ天 バターコーン 棒棒鶏 香の物	小松菜とベーコンの炒め物 カリフラワーのコンソメ煮 さつまいも煮 一口ゼリー	オクラサラダ 切干大根 竹輪高菜炒め 香の物	野菜中華炒め ツナサラダ 卵焼き フルーツ
お楽しみ弁当			温玉付き焼き肉丼		

第3週	6/17(月)	6/18(火)	6/19(水)	6/20(木)	6/21(金)
お肉メイン	ハンバーグ ジンジャーソース 小松菜とちくわの豚そぼろ炒め	鶏肉の甘酢あん 高野豆腐の煮物	豚たまキムチ炒め いなりの煮付	鶏肉の磯辺天 大根とじゃがいもの炒め物	豚バラと大根の煮込み カレールウフライ
お魚メイン	カレイの香味だれ 小松菜とちくわの豚そぼろ炒め	ホキの梅マヨソース 高野豆腐の煮物	アジの南蛮漬け いなりの煮付	鯖の生姜煮 大根とじゃがいもの炒め物	★マスの石狩風【北海道】 カレールウフライ
共通副菜	大学芋 竹の子のピリ辛煮 サラダ フルーツ	中華春雨 南瓜のごまよごし ピーマンの味噌炒め 昆布の佃煮	れんこんはさみ揚げ 小松菜お浸し アスパラガスのおかか和え フルーツ	うの花 なす田楽 こんにゃく炒め 香の物	春雨の中華風酢の物 いんげんとちくわのピーナツ和え ほうれん草のツナ炒め 煮豆
お楽しみ弁当			ひつまぶし弁当		

第4週	6/24(月)	6/25(火)	6/26(水)	6/27(木)	6/28(金)
お肉メイン	★ザンギ【北海道】 八宝菜	牛肉のオイスター炒め 筑前煮	メンチカツ&ハムカツ なすのえびあんかけ	豚肉のお好み炒め 彩り金平	鶏肉の梅照り焼き ごぼうと椎茸の玉子とじ
お魚メイン	カレイの煮付け 八宝菜	マスの塩焼き 筑前煮	ブリの山椒煮 なすのえびあんかけ	鯖の味噌煮 彩り金平	アジのねぎ天 ごぼうと椎茸の玉子とじ
共通副菜	れんこんの炒め煮 ブロッコリーサラダ ミートボール 香の物	高野豆腐 南瓜サラダ わかめの酢味噌和え フルーツ	ロースハム 大根葉とあげの煮物 焼売 昆布の佃煮	ナポリタン 野菜天ぷら 大根サラダ 小粒大福	チンゲン菜のカレー炒め チーズトマト アスパラコーン 香の物
お楽しみ弁当			温玉付き焼き肉丼		

今月の一言	<p>☆6月の旬の食材、「トマト」「アスパラ」などを使用しました。</p> <p>★6/21「マスの石狩風」は北海道のご当地グルメ「石狩鍋」をアレンジしました。やさしい味噌風味に山椒のピリッと感が感じられる一品です。</p> <p>★6/24「ザンギ」も北海道のご当地グルメです。一般的な唐揚げと比べ味付けが濃いのが特徴です。</p>
-------	---

🐷6月 お楽しみ弁当メニュー

6/5(水) 6/19(水)

ひつまぶし弁当 980円

6/12(水)

温玉付き焼き肉丼 880円

※材料の都合により一部メニューが変更になる場合がございます。

楽膳株式会社