



# Hand Made Lunch 7月

¥432 ¥540 <>内は¥540円のみメニューです

月	火	水	木	金	土
 <p>～7月の旬な食べ物～            茄子・きゅうり・ゴーヤ・ピーマン・ズッキーニ・とうもろこし・枝豆・南瓜            ミョウガ・オクラ・ししとう・キウイ・スイカ・すもも・パイン・鮎</p> 				<b>1 573kcal 3.0</b> <b>韓国フルコギ風</b> 厚切りホホまっぴりタルタルフライ 青菜の煮浸し 豆腐のチャンスルー <b>カニ焼売</b> <冷やし中華>	<b>2 532kcal 3.5</b> <b>大判肉包み揚げ</b> ～甘酢あんかけ～ 蒸し鶏と胡瓜のゴマドレサラダ ひじき煮 チーズつくね <マスの南部焼き>
<b>4 586kcal 4.4</b> <b>はかた地どりのお月見メンチ</b> <b>さわら西京漬け</b> 高野豆腐煮 季節の野菜枝豆天 タレ漬け野菜肉巻き <鶏はらみレモン焼き>	<b>5 612kcal 3.0</b> <b>ジャージャー麺</b> ブロッコリーのすりごま和え バターコーンコロケ サーモン南蛮漬け <合鴨スライス>	<b>6 580kcal 3.5</b> <b>海鮮ミックスフライ</b> (アジ・エビ・イカ) ふうふき大根 菜の花の辛子和え 肉団子 <ポークケチャップ>	<b>7 こんべいとう付529kcal 4.0</b> <b>夏野菜トマトハンバーグ</b> <b>タルタルソースオムレツ</b> 法連草のお浸し マッシュ南瓜 サバカレーフライ <ごぼうの唐揚げ>	<b>8 581kcal 3.9</b> <b>自慢の鶏唐揚げ</b> 蓮根のごった煮 白和え 白身カレイのバジル焼き <サラダうどん>	<b>9</b> <b>お任せメニュー</b>
<b>11 603kcal 3.0</b> <b>北海道じゃが芋の牛肉コロケ</b> <b>タンドリーチキン</b> ひじきとツナのサラダ インゲンの金平 焼きそばオムレツ <タレ漬け海老天>	<b>12 549kcal 4.5</b> <b>冷しゃぶ</b> はかた地どりの塩レモンメンチカツ 牛蒡のみそあえ 青梗菜のカニあん 香ばし醤油の焼きもろこし天 <グラタン>	<b>13 503kcal 3.0</b> <b>酢鶏</b> オクラのおかか和え 海鮮千切り 大学芋 <まぜそば>	<b>14 600kcal 4.2</b> <b>ドライカレー</b> <b>サクッとコーンクリームフライ</b> 胡瓜と若芽の酢のもの 里芋の含め煮 サバ西京味噌漬け <棒棒鶏>	<b>15 630kcal 3.5</b> <b>熟成三元豚ローストンカツ</b> ～自家製みそだれ～ 苜蓿のピリ辛 大根のとぼろ煮 高野豆腐煮 <イカ天ぶら野菜あんかけ>	<b>16</b> <b>お任せメニュー</b>
<b>18 祝日 606kcal 4.5</b> <b>肉じゃが</b> <b>たまごサラダフライ</b> かぶのとぼろ煮 茄子の土佐煮 いか巻き <あんかけスパゲティー>	<b>19 578kcal 3.9</b> <b>根菜入鶏つくねハンバーグ</b> ～わさびソース～ ささかき牛蒡のごま和え ブロッコリーと竹輪の旨煮 ソーセージ天 <まぐろかつ～甘だれ～>	<b>20 534kcal 3.3</b> <b>ヒレカツ</b> ～特製ソース～ ぶきの白みそ和え 小松菜とさつま揚げの煮浸し 五目巾着 <かに玉>	<b>21 スペシャルデー★セリ付</b> <b>フライドチキン</b> <b>ブロッコリーのソテー</b> コーンポテトサラダ サーモンマリネ ロールキャベツ <えびのフリソース>	<b>22 575kcal 3.0</b> <b>回鍋肉</b> <b>キーマカレーコロケ</b> インゲンのサラダ 麻婆春雨 味付きとろろ <イカステーキ>	<b>23</b> <b>お任せメニュー</b>
<b>25 598kcal 4.0</b> <b>えびかつ</b> <b>照り焼きチキンステーキ</b> 白菜のおかかあえ カリフラワーのカレーソテー コーン焼売 <大根と豚肉のカレーとろみ煮>	<b>26 567kcal 4.8</b> <b>大根おろし豆腐ハンバーグ</b> 竹輪ともやしの和えもの ゴーヤチャンスルー 北海道かぼちゃのポタージュフライ <揚げサバの甘酢あんかけ>	<b>27 589kcal 4.0</b> <b>冷やし中華</b> 五目煮 チキンピカタ れんこんつくね <赤魚の味噌煮>	<b>28 539kcal 4.0</b> <b>ハムカツ</b> <b>サバ明太漬け</b> キャベツとピーマンの味噌炒め チャップチェ <b>イカたっぷり小判</b> <生巻入り豆腐ステーキ>	<b>29 613kcal 3.5</b> <b>スタミナ焼肉</b> チーズソースIn南瓜の包み揚げ インゲンピーナッツ和え マスの塩焼き 豆腐のふわふわ枝豆 <いわしの蒲焼き>	<b>30</b> <b>お任せメニュー</b>

- ・お弁当が製造～出荷される様子を動画でご覧いただけます。詳しくは<http://suzukyu.jp/>
- ・材料などの都合により、一部変更する場合がありますがご了承下さい。
- ・食中毒防止のため、直射日光を避け、涼しい所で保管し、当日の午後1時までにお召し上がり下さい。
- ・ご意見等ございましたらこちらまで・メールアドレス [suzukyu@mecha.ne.jp](mailto:suzukyu@mecha.ne.jp)
- ・ご注文のお電話は午前9時までにお願ひします。



すずきゅう 検索

お弁当給食の  
**すずきゅう**  
 TEL059-382-5333

