

## 7月度月間メニュー表

宅配クック123 佐倉店

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
		大葉香るささみカツ	肉じゃが	トマトソースハンバーグ	さば塩焼き	
		ブロッコリーとコーンの和え物	切干大根	よもぎパスタ	しゅうまい	
		オクラのおかか和え	中華春雨	きんぴらごぼう	五目豆	
26	27	28	29	30	31	
	麻婆茄子	さんまの塩焼	若鶏の唐揚げ	鶏つくね	デミグラスソースハンバーグ	
	焼うどん	ジャンボ肉だんご	蓮根そぼろ	豆乳入りしっとり卵の花	マカロニサラダ	
	昆布豆	いんげんのごま和え	野菜のおろし南蛮	春雨サラダ	ひじきの煮物	