



| | | メイン料理 | | 副 菜 | | | | メイン料理 | | 副 菜 | |
|----------------|---|-------|---------------|---|--|--------------------------------------|---|------------|---------------|---|--|
| 1 | 金 | A | ぶたのしょうが焼き | •かみなりこんにやく •白菜炒め物 •大根サラダ | | 18 | 月 | A | ポークソテーマスタード添え | •キャベツと揚げの煮浸し •かぼちゃハムサラダ •雷コンニャク | |
| | | B | 白身フライマトソース | | B | | | さんましょうが煮 | | | |
| 4 | 月 | A | 照り焼きチキン | •かぼちゃの肉味噌あん •小松菜と揚げの煮浸し •ピリから春雨 | | 19 | 火 | A | 鶏やわらか煮 | •ベーコンポテト焼サラダ •ちくわ磯辺揚げ •ぜんまい炒め物 | |
| | | B | サバ竜田揚げ | | B | | | 十六穀米天然紅鮭弁当 | | | |
| 5 | 火 | A | 鶏から揚げ | •スペイン風ポテトサラダ •きりこんにぶの炒め物 •イタリアンかまぼこ | | 20 | 水 | A | 黒酢の酢豚 | •白滝とたらこの炒め物 •青菜ごまおかか和え •サツマイモレモン煮 | |
| | | B | ホッケ塩焼き | | B | | | さばみそ煮 | | | |
| 6 | 水 | A | 牛すきやき | •ポイルド白菜 •コンニャク田楽 •人参サラダ | | 21 | 木 | A | 鶏しょうが焼き | •蓮根の揚げ煮 •大根ホタテ煮 •キドニー豆サラダ | |
| | | B | さんま蒲焼風 | | B | | | 白身魚野菜ハンバーグ | | | |
| 7 | 木 | A | ドライカレー | •野菜のベーコン炒め •かまぼこわさび和え •にっころがし | | 22 | 金 | A | 豚の角煮 | •なす肉味噌添え •白菜の炒め物 •大根白煮 | |
| | | B | 海老フライタルタル添 | | B | | | 銀だらつけ焼 | | | |
| 8 | 金 | A | 葱塩グリルポーク | •冷菜ポテト •キャベツと揚げの炒め物 •チクワ天ぷら | | 25 | 月 | A | 葱塩グリルポーク | •ひじきのごま煮 •いんげんゴボウ揚げびたし •ピーマンじゃこ炒め | |
| | | B | ぶりのつけ焼 | | B | | | アジフライマヨ添え | | | |
| 11 月 祝日(建国記念日) | | | | | | 26 | 火 | A | とりつくね味噌風味 | •かぼちゃガーリックソテー •お麩と根菜煮物 •じゃばら胡瓜中華風 | |
| | | | | | | | | B | 十穀米の天然紅しゃけ弁当 | | |
| 12 | 火 | A | デミハンバーグ | •きんぴら •ひじき枝豆わさび風味 •白菜マリネ | | 27 | 水 | A | ささみフライ | •ニース風マカロニサラダ •大根の煮物 •野菜天ぷら | |
| | | B | 海老フライマヨ添え | | B | | | カジキ味噌焼き | | | |
| 13 | 水 | A | カリカリ揚げ豚ごま味噌だれ | •人参のごま煮 •ポイルキャベツおかか和え •さつま揚げ焼葱ゆずポン | | 28 | 木 | A | 鶏唐揚げネギソース | •いかゲソ煮 •ゴボウあげびたし •もやしと椎茸酢炒め | |
| | | B | さんま南蛮煮 | | B | | | ぶりネギ照焼 | | | |
| 14 | 木 | A | 牛肉柳川風 | •なすのみそ煮 •五目ひじき •もやしソテー | | A・B各550円 MIX弁当(A+B)650円もごさいます | | | | | |
| | | B | 白身すり身蓮根団子 | | 仕入れの都合によりメニューを変更する場合がございます。 ご理解のほどよろしくお願いいたします。 | | | | | | |
| 15 | 金 | A | 鶏の味噌漬焼 | •カルボナーラ風ポテト •れんこん金平 •キュウリ韓国風 | | | | | | | |
| | | B | カジキのオイスター風味 | | | | | | | | |

キッチンさらぼんは日替弁当の小さなお店です。

営業時間 平日10:00～(売れきれ次第閉店)※予約分の受け取り時間をご相談ください
 定休日 土・日・祝日(予定の休業あり)

A・B弁当 600円 ミックス弁当(A+B) 700円
 カレー 600円(ルーのみ400円)テイクアウトできます。
 みそ汁 100円



毎度お買い上げありがとうございます。調理の段階で使用します、調味料・材料等は明記してございませんので、アレルギー等(ピーナッツ・豚・海老・小麦・卵・牛乳・そば等)ございましたら、お問い合わせ願います。また、日替わり弁当は同調理場でピーナッツ・豚・海老・小麦・卵・牛乳・そば等の調理も行っております。

保存料・防腐剤等は一切使用しておりませんので、高温多湿をさげ涼しい場所で保管の上、お早めにお召し上がり願います。

キッチンさらぼんの日替わり弁当をご予約の方は、お電話いただければお取りおきしておきます。夕方以降にお召し上げりの場合は、チルド保存(0℃保存)いたしますので、その旨お申しつけください。

※電子レンジで約1分加熱していただくと、ごはんがより美味しくいただけます。

※資源保護のためマイはし・マイバック活動にご協力をおねがいいたします

※小さなお店ですので数に限りがございます。早い時間に売り切れてしまう場合もございますので数が多い場合はあらかじめご予約いただければお取り置きいたします。当日注文の場合はご来店の前にお電話くだされば幸いです。ご協力をおねがいいたします。

予約先→ 電話3309-9556(〒157-0063 世田谷区粕谷3-30-15)