

# 10月

いっぱい  
たべられて



リーズナブルで  
おいしい!

## 限定 30食 日替わりランチ ¥700

白米・玄米・サラダ・スープ・香の物 おかわり自由!

	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
<b>A</b>	チキンソテー 葱とキノコの クリームソース	特製ハヤシライス	かつしか元気食堂 ヘルシーメニュー	鯖の竜田揚げ おろしポン酢	たっぷり野菜の 肉野菜炒め
<b>B</b>	肉豆腐	鶏肉のチリソース	おしゃれなナスの オープン焼き ランチ	豚肉の生姜焼き	ミックスフライ
	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
<b>A</b>		肉じゃが定食	かつしか元気食堂 ヘルシーメニュー	手作りハンバーグ トマトガーリック ソース	チキンカツと 海老フライ
<b>B</b>		油淋鶏 (ユーリンチー)	タイ風ガパオ・ 焼きそばランチ	2色そばろ井	スパゲッティ ペスカトーレ
	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
<b>A</b>	チキンの 小悪魔風	ハンバーグ 照り焼きソース	かつしか元気食堂 ヘルシーメニュー	鯖の唐揚げ 野菜あんかけ	ドライカレー 温玉添え
<b>B</b>	麻婆豆腐	きのこトマトの スパゲッティ	ロールレタスと トマトを使ったデ ザート ランチ	チキンの クリームシチュー	きつねうどん ミニそばろ井
	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
<b>A</b>	ハンバーグ きのこソース	中華風うま煮	かつしか元気食堂 ヘルシーメニュー	オムライス デミグラスソース	豚肉の マスタード焼き
<b>B</b>	回鍋肉 (ホイコーロー)	スパゲッティ サーモンクリーム ソース	タラの西京焼きと 小エビの混ぜご飯	鶏の唐揚げ 甘酢あんかけ	海老のチリソース
	30日(月)	31日(火)			
<b>A</b>	ロースかつ おろしポン酢	ナスとひき肉の カレー			
<b>B</b>	五目あんかけ 焼きそば	鯖の味噌煮			

テクノプラザかつしか1F・カフェレストランみずも

☎ 03-5680-8616

〒125-0062 東京都葛飾区青戸 7-2-1

営業時間 平日 / 10:30 ~ 18:00 (ランチタイム 11:00 ~ 14:30)

土日・祝日 / 11:00 ~ 15:30 (L.O.14:30)

貸し切り  
パーティー  
できます

