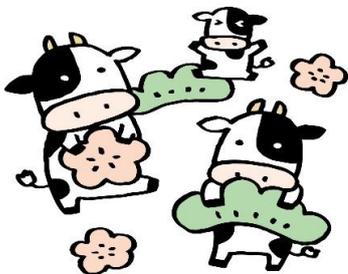




# 日替弁当

ごはん付き(表示エネルギーにはご飯約250g/400kcalを含みます)

月	火	水	木	金
4	5	6	7	8
	アジ大葉フライ シーフード スパゲティ 709kcal	ささみ梅肉フライ インゲンツナサラダ 793kcal	帆立クリーミーフライ カブと豚肉の 炒め煮 816kcal	サワラの幽庵焼き オーロラサラダ 762kcal
11	12	13	14	15
	おでん ヒレカツ 740kcal	チキンカツ マーボー春雨 811kcal	炊き込みご飯の日 鶏五目ご飯 焼肉 582kcal	すき焼き風煮 オクラと桜えびの 和え物 740kcal
18	19	20	21	22
豚カツ 玉葱とハムのマリネ 782kcal	とり天 抹茶塩添え 里芋明太子和え 699kcal	サバ塩焼き ビーフン五目炒め 670kcal	ハンバーグ きのこホワイトソース キャベツと 鮭のソテー 694kcal	豚肉天ぷら おろしポン酢 ペペロンチーノ 731kcal
25	26	27	28	29
若鶏唐揚げ 明太マヨソース ひじき五目炒め 837kcal	ロコモコ 和風スパゲティ 769kcal	牛肉と野菜の おかず金平 小松菜と竹輪の さっと煮 617kcal	豚肉生姜焼き オクラと蒸し鶏の 青じそ和え 818kcal	鶏肉の 磯辺揚げ 切干大根 中華風和え物 681kcal



☆土曜日のメニューは『料理長お任せメニュー』となります。  
 ☆材料入手の都合により、メニューを変更することがあります。  
 ☆お届けしたお弁当は食品衛生上、午後1時までにお召し上がり下さい。



注文は当日午前9時までとさせていただきます  
 電話:(0823) お弁当の  
 70-3511 **みずほ**