

7/28 月 鰯大葉フライ 厚揚げの旨煮 たけのこおかか炒め ソース焼そば ナムルもやし 熱量/475kcal	29 火 桜島どりつくね枝豆 和風あんかけ ブラックカレーコロケ 本場のチャブチェ いんげん胡麻和え 熱量/488kcal	30 水 ヤンニョムチキン マカロニサラダ 銀ひらすの旨塩焼き わかめとオクラの中華和え 小松菜のピリ辛みそ和え 熱量/480kcal	31 木 おすすめ クラッシュ磯辺ハムカツ 鶏とピーマン筍チリソース炒め オムレツ蟹あんかけ 大豆と昆布の煮付 ごぼうサラダ 熱量/498kcal	8/1 金 豚肉と野菜の創味シャンタン炒め 完熟トマトの濃厚ソースフライ 洋風根菜煮 ベーコンと青菜の和風パスタ さつまいもグリル 熱量/487kcal	2 土 スタミナ焼肉 ホッケの磯辺焼き お楽しみフライ 熱量/488kcal
4 月 かぼちゃ天 やわらかイカ天 出汁がおいしい玉子とじ 岩下の新生姜入り団子甘辛酢あん ちくわと青菜の旨煮 熱量/439kcal	5 火 ウインナーランチフライ 小松菜ともやしの旨塩炒め サーモン塩焼き チンゲン菜と油揚げ煮 切干大根煮 熱量/472kcal	6 水 一番人気! のり唐めんたい弁当 自家製タルタルソース添え きんぴらごぼう ソース焼そば めんたいこと味付けのり 熱量/537kcal	7 木 おすすめ おいしい!!すき焼き風コロケ たぬき豆腐 三色ナムル 根菜の旨煮 ピーマンとベーコン炒め 熱量/466kcal	8 金 カニクリーミーコロケ 炭火焼風肉団子 高菜明太スパゲティ たけのこ野菜みそ炒め オクラとひじきのゴマ和え 熱量/487kcal	9 土 海老カツ ナスの肉みそ炒め 美味しい餃子の中華あんかけ 熱量/456kcal
11 月 山の日	12 火 お肉がおいしい俵メンチ ナポリタン チンゲン菜と切干のナムル スパイシーカレー さつま揚げと白滝煮 熱量/492kcal	13 水 夏季休業日	14 木 夏季休業日	15 金 夏季休業日	16 土 夏季休業日

試食キャンペーン実施中!

●昼食は直射日光の当たらない涼しい場所での保管し
配達当日の午後一時迄にお召し上がりください