

12月 メニュー

NISSHIN
oillio
「植物のチカラ」



12/8(月)	やわらかとり天 ホタテ風味天ぷら 魚の照焼 いんげんとメンマの黒コショウ炒め ひじきと麸の煮物
熱量/345 k cal	

12/9(火)	うまトマフライ 4種のチーズベーコンフライ たぬき豆腐 ツナとほうれん草の クリームスパゲティ
熱量/463 k cal	

12/10(水)	美味しいタラの白身フライ 粗びきワインナー 華見鳥つくねと根菜煮 ツナマヨコーン 小松菜ともやしの旨塩和え
熱量/586 k cal	

12/11(木)	鶏とピーマン筍チリソース炒め レンコン肉詰めフライ やわらか豆腐寄せおろしあんかけ たらこと白滝炒め ほうれん草と春菊のおひたし
熱量/441 k cal	

ハンバーグランチ

12/12(金)	サーモンタルタルカツ てりやきハンバーグ 和風スパゲティサラダ 三色ナムル 五目大豆煮
熱量/398 k cal	

12/13(土)	鶏とごぼうの炭火風炒め お好み焼き風ソースのオムレツ お楽しみフライ
熱量/439 k cal	

12/15(月)	厚切りハムカツ 五目野菜炒め 和風カレー カリフラワーのおひたし マカロニサラダ
熱量/392 k cal	

12/16(火)	黒酢肉団子 やわらか海鮮すり身天 白菜とオクラのベーコン炒め 大根と干しエビの中華煮 メンマの土佐煮
熱量/387 k cal	

12/17(水)	国内製造でづくりヒレカツ 餅のみそだれ 出し汁がおいしい玉子とじ もやしのおひたし 大根と切昆布の甘酢漬け
熱量/422 k cal	

12/18(木)	倍マー婆一豆腐 えびしゅうまいの中華あん わかめとプロッコリーの辛し醤油和え ぜんまいと白滝煮
熱量/354 k cal	

12/19(金)	ヤンニョムチキン すり身と豆腐の大判がんも きんぴらごぼう ポテトサラダ 菜の花の辛し和え
熱量/454 k cal	

12/20(土)	ほたてクリームコロッケ 根菜のブラウンシチュー 焼き魚
熱量/380 k cal	



12月12日(金) タルタル入りサーモンカツとハンバーグの洋風弁当
12月17日(水) 手づくりヒレカツと玉子とじでかつ煮としてもおいしい和風弁当
12月18日(木) いつもの倍量麻婆豆腐でノンフライ中華弁当
※当店のメニューは専属栄養士により、成人が一日に必要な野菜の 1/3 (120g) を手作りの副菜で摂取できるよう構成しています。

当社のお弁当は、お肉、魚、野菜と常にバランスを重視しています。

※食中毒防止にご協力を、お願いします。
安全性には十分気を付けておりますが
直射日光の当たらない涼しい場所で保管をし、
配達当日の午後1時までにお召し上がりください。
お弁当の主役であるお米は産地を厳選したお米を使用しております。
※表中のカロリーにはライスは含まれていません。
※仕入れの都合により内容を変更することがあります。



千成食品 株式会社