11.12月　メニュー

吸油が少ないフライ油

11/23(月)	11/24(火)	おすすめ 11/25(水)	11/26(木)	11/27(金)	11/28(土)
勤労感謝の日	炭火焼風肉団子 トマトのコク旨フライ コーンコロッケ ホクホクお芋のクリームシチュー いんげん胡麻和え 熱量/421ｋcal	ビーフカツ＆オムレツ きのこのデミグラスソース 筑前煮 マカロニサラダ いんげんとカリフラワー和え 熱量/413ｋcal	いかたっぷり海鮮フライ 五目野菜炒め パンプキンキッシュ ハムと白菜のソテー 中華春雨 熱量/517ｋcal	油淋鶏 生姜風味のスパゲティ あさりとキャベツのさっと煮 小松菜ともやしの旨塩和え ピーマンと白滝炒め 熱量/475ｋcal	諫早キャベツメンチ おいしい餃子の中華あんかけ ブロッコリーと豆腐塩旨煮 熱量/442ｋcal
11/30(月)	12/1(火)	一番人気！ 12/2(水)	12/3(木)	ハンバーグランチ 12/4(金)	12/5(土)
あいびきメンチ ポテトサラダとブロッコリー 和風カレー 小松菜ハム炒め いんげんとコーンのごま和え 熱量/532ｋcal	五目旨煮 かぼちゃ天 鶏ごぼうさつま たらこスパゲティ 大根と椎茸煮 ほうれん草と春菊のおひたし 熱量/412ｋcal	のり唐めんたい弁当 自家製タルタルソース きんぴらごぼう ソース焼きそば めんたいこと味付けのり 熱量/577ｋcal	あじ磯辺フライ ハムステーキ 出汁巻きたまごのきのこあんかけ ナスのみぞれ煮 レンコンとコンニャクのピリ辛炒め 熱量/460ｋcal	ハンバーグ ケチャップソース 目玉焼きフライ 鯖の野菜南蛮漬け 大根とコーンのサラダ わかめとブロッコリーの辛子醤油和え 熱量/440ｋcal	酢豚 中華風切干煮 こんにゃくとさつま揚げの田舎煮 熱量/424ｋcal

HPからもメニュー写真を確認できます



11月25日(水) ビーフカツとオムレツにじっくり煮込んだ深いコクのきのこデミソースがぴったり
12月 2 日(水) 毎月のお楽しみ のり唐めんたいタルタル弁当です！
12月 4 日(金) ケチャップソースのハンバーグは隠れ人気メニューです♪
※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