

# 2023年9月28日～10月11日メニュー

9/28(木)	9/29(金)	9/30(土)	10/2(月)	10/3(火)	10/4(水)
497Kカロリー	498Kカロリー	489Kカロリー	491Kカロリー	482Kカロリー	483Kカロリー
豚肉のねぎ塩麹焼	油淋鶏	ハムカツ	ハンバーグトマトソース	豚唐揚げねぎ塩	豚肉の生姜焼き <small>濃厚です!!</small>
チキンおろし竜田 さばの味噌煮 そば屋風カレー 牛肉入りコロッケ わかめのピリ辛和え 漬物	ゴーヤチャンプルー 完熟トマトの濃厚ソースフライ いわしの生姜煮 切干大根の炒め煮 黒こしょうパスタ 漬物	豚根菜五目煮 パスタ(ペペロンチーノ) 豆腐ナゲット 大根甘酢和え ヘルシーおからサラダ 漬物	白身魚のカレーマリネ 豚ロース甘辛味噌焼 煮物(がんも・こんにゃく) ちくわと紅生姜のあられ天 塩だれキャベツ 漬物	照マヨチキンかつ とろにしんの煮付 ソース焼そば 大豆ミートの麻婆大根 わかめの酢のもの 漬物	野辺山高原牛乳使用 かにクリームコロッケ バターチキンカレー スパゲティナポリタン ごぼうと油揚げのおかずサラダ 大根と人参のピクルス・漬物
10/5(木)	10/6(金)	10/7(土)	10/9(月)	10/10(火)	10/11(水)
スペシャルデー!	498Kカロリー	490Kカロリー		493Kカロリー	494Kカロリー
495Kカロリー 鶏唐揚げ3種 (旨塩・生姜醤油・タンドリーチキン)	人気です! 炊き込み御飯	クラッシュ粒マスタードカツ	スポーツの日	豚かつ丼風	マイルドチャーハン
四川風麻婆豆腐 スパゲティミートソース さばのコチュジャン焼 コールスローサラダ おからひじき・漬物	豚肉のしぐれ煮 豆腐さつま揚げ柚子あん さわらの西京漬焼 桜えびとねぎのかき揚げ ひじきのドレッシングサラダ キャベツの千草漬・漬物	大豆ミートドライカレー風 ペンネ(挽肉・玉ねぎ) マヨネーズ和え 角天煮 キャベツと油揚げの浸し 大根とツキコン和え物・漬物		厚切ハム ポテトサラダ焼 水餃子辛味ポン酢(2ヶ) わかめとねぎのぬた はるさめのチャプチェ 紅生姜	鶏わさび南蛮 ジャンボしゅうまい 中華春巻 肉味噌麺 キャベツと人参の胡麻和え もやし中華丼風・漬物

※食品衛生上お弁当は涼しいところで保管したうえで、

1時頃までに、お召し上がりください。

(カロリー表示) 表中のカロリーは副食のみです。

ライスのみは388Kカロリーです。

※個別のアレルゲンには対応していません。御理解の程よろしく願いいたします。

ライスで使用しているお米は国産米です。

## < 10月5日(木)はスペシャルデー!! >

10月5日は、日頃お世話になっているお客様に贈る【スペシャルデー!!】になります!! ラインナップは、旨塩・生姜醤油・タンドリーチキンの「鶏唐揚げ3種盛」、本格中華「四川風麻婆豆腐」、挽肉たっぷり・手作りの「スパゲティミートソース」、ピリ辛韓国風・骨なしサバを使った「さばのコチュジャン焼」etc..

※普段ご利用していない方もこの機会に是非お試しください!! (いつものご注文方法でOK! です)

TEL (027)-382-7755

FAX (027)-382-0320

FAX (027)-382-0707

まごころの味 (株) 若松屋

<http://wakamatsuya-bento.com>

Gmail:wakamatsuya7755@gmail.com

