

# 2023年10月26日～11月8日メニュー

10/26(木)	10/27(金)	10/28(土)	10/30(月)	10/31(火)	11/1(水)
493Kカロリー	489Kカロリー	488Kカロリー	486Kカロリー	489Kカロリー	494Kカロリー
おろし豚丼	ジャンボしゅうまいと えび入り三角春巻 辛子醤油付	豚と野菜のチリトマト煮	豚ロース唐揚甘辛たれ	鶏ごぼうもち麦御飯	おいしいヒレかつ(2枚) すりごまソース
鶏の唐揚名古屋風(2ヶ) 秋さけの塩焼 手作りねぎ焼き ごぼうと油揚のおかずサラダ わさび醤油パスタ 漬物	タンドリーチキン 麻婆豆腐 桜えびとねぎのかき揚げ パスタ焼そば れんこんのきんぴら 漬物	キャベツメンチカツ 和風ツナスパゲティ ごぼう天煮 しば漬おからサラダ キャロットラペ 漬物	ささみフライ梅肉ソース さばの西京漬焼 炊き合わせ (高野豆腐・こんにゃく・ がんと・鶏だんご・おくら) 野菜炒め・紅生姜	豚肉のねぎ塩麹漬焼 天ぷら盛 (あじ・ちくわ・れんこん) しゅうまい(2ヶ)・うの花 大豆ミートのピリ辛大根味噌そぼろ キャベツと大根の浅漬・漬物	ホントに美味しいです!! バターチキンカレー 白身魚のマリネ 手作り黒ごま豆腐ドーナツ 大根と人参の和風ピクルス スパゲティナポリタン・漬物
11/2(木)	11/3(金)	11/4(土)	11/6(月)	11/7(火)	11/8(水)
495Kカロリー		499Kカロリー	491Kカロリー	497Kカロリー	494Kカロリー
鶏唐揚 (旨塩と生姜醤油)	文化の日	厚切ベーコンランチカツ	ハンバーグトマトソース	きのここと筍の 生姜炊き込み御飯	ソースとんかつ
豚肉のコチュジャン焼 和風スパゲティ 茄子の味噌そぼろあんかけ 切干大根の炒め煮 わかめの酢の物 漬物		大豆ミート 根菜オイスターソース煮 トマトソースパスタ 大根・つきこん炒め煮 コーンとキャベツのコールスロー 三角さつま揚げ・漬物	あじフライ 豚肉の柳川風 四川風麻婆豆腐 ねぎマヨひじき スパゲティコンソメ醤油 漬物	豚肉のしぐれ煮 鶏肉塩麹天ぷら いわしの南蛮漬(2ヶ) こんにゃくの味噌田楽 春雨サラダ キャベツの千草漬・漬物	タンドリーチキン唐揚 オムレツペロンチーノ 挽肉と茄子のトマトカレー キャベツと人参の野菜 ドレッシング和え ペネサラダ・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。

※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。

(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。

ライスで使用しているお米は国産米です。

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

