

2023年11月9日～11月22日メニュー

| 11/9(木) | 11/10(金) | 11/11(土) | 11/13(月) | 11/14(火) | 11/15(水) |
|--|---|--|---|---|--|
| 497Kカロリー | 495Kカロリー | 486Kカロリー | 493Kカロリー | 498Kカロリー | 498Kカロリー |
| 豚肉のねぎ塩麹焼 | 油淋鶏 | 3種きのこのクリーミーフライ (ポルチーニ風味) | 豚かつ丼風 | 炊き込み御飯 | チキン南蛮 |
| 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 | トマトベーコンかつ さわらの西京味噌焼 煮物(がんも・こんにゃく) 白菜キムチ 黒こしょうパスタ 漬物 | 豚肉と野菜の五目煮 野菜春巻 バジリコスパゲティ 高菜昆布 キャベツのゴマ油ドレッシング 漬物 | 厚切ハムポテトサラダ焼 とろにしん煮付 野菜酸辣湯 (サンラータン)風 わかめとねぎのぬた 紅生姜 | 豚肉のしぐれ煮 豆腐さつま揚げ柚子あん 秋さけの塩焼 桜えびとねぎのかき揚げ キャベツと大根の浅漬 ひじきのドレッシングサラダ・漬物 | 豚ロース甘辛味噌焼 茄子の生姜みぞれ和え あじのみりん焼 ねぎ塩もやし 千切たくあん黒ごま和え |
| 11/16(木) | 11/17(金) | 11/18(土) | 11/20(月) | 11/21(火) | 11/22(水) |
| スペシャルデー! | 495Kカロリー | 490Kカロリー | 494Kカロリー | 487Kカロリー | 499K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) | 鶏肉の塩麹漬焼 | 和菜メンチかつ | 黒胡椒ソースの ハンバーグ | 細切昆布御飯 | ソースチキンかつ |
| 四川風麻婆豆腐 さばのコチュジャン焼 スパゲティミートソース コールスローサラダ おからひじき・漬物 | のり弁風かつおぶしだし醤油 (白身魚フライ・ちくわ磯辺揚げ・ 味付のり・きんぴら) 茄子の味噌そぼろあんかけ 切干大根ときくらげのマヨネーズ味 わかめの酢の物・漬物 | 挽肉・野菜の塩麹旨煮 子持ちししゃもフライ 中華風パスタ 生姜天煮 キャベツ・油揚げ浸し 漬物 | 豚肉のトマト煮 北海道チーズ入りコロッケ いわしのマリネ(2ヶ) 高野豆腐とひじきのツナサラダ スパゲティコンソメ醤油 漬物 | 豚天おろし炊き 鶏肉の甘辛揚げ煮 八宝菜・さばの塩焼 切干大根とキクラゲの マヨネーズ味 キャベツの干草漬・漬物 | カニ足風フライ タルタルソース もっちり水餃子(2ヶ) 野菜カレー ボンゴレスパゲティ 大根と人参のピクルス・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

