

2023年12月7日～12月20日メニュー

12/7(木)	12/8(金)	12/9(土)	12/11(月)	12/12(火)	12/13(水)
473Kカロリー	474Kカロリー	348Kカロリー	450Kカロリー	335Kカロリー	430Kカロリー
ソースとんかつ	醤油旨味イカかつと 照焼チキンタルソース	葱塩鶏カツ	豚ロース唐揚甘辛たれ	鮭そぼろ ガーリックバターライス	豚肉の和風マリネ
厚切ハムポテトサラダ焼 黒こしょう唐揚 そば屋風カレー スパゲティナポリタン わかめとねぎのぬた コールスローサラダ・漬物	揚げ出し豆腐味噌そぼろ 豚肉の和風カレー炒め 塩焼そば ひじきと切干大根の佃煮 もやしのナムル 漬物	大豆ミート・根菜ポロネーゼ 三種の根菜天煮 ひじきとコーンのパスタ 大根・若布・ツキコンのナムル キャベツ・人参ツナお浸し(辛子和え) 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・こんにやく・ がんと・鶏だんご・人参) 野菜炒め(塩味)・紅生姜	揚げ鶏のトマトソース いかフライ クラムチャウダー キャベツと人参の野菜ドレッシング和え カレービーンズ ドレッシングパスタ・漬物	チキンおろし竜田 豚汁風煮 にしんのかば焼風 高野豆腐とひじきのツナサラダ キャベツと大根の浅漬 漬物
12/14(木)	12/15(金)	12/16(土)	12/18(月)	12/19(火)	12/20(水)
377Kカロリー	384Kカロリー	360Kカロリー	352Kカロリー	425Kカロリー	489Kカロリー
鶏唐揚 (旨塩・生姜醤油)	ジャンボしゅうまいと えび入り三角春巻 辛子醤油付	肉じゃが オリエンタル風	黒胡椒ソースの ハンバーグ	きのここと筍の 生姜炊き込み御飯	ピリ辛豚肉生姜焼
鶏モモ肉です!					
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	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	ハムかつ 子持ちししゃもフライ アンチョビとパン粉の スパゲティ キャベツのピリ辛ピクルス キャロットラペ・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) こんにやくの味噌田楽 わかめの酢の物 うの花・漬物	名古屋風チキン味噌かつ ラトウイユ ペネサラダ 鶏だんご照マヨ(2ヶ) キャベツの千草漬 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お願いたします。

(カロリー表示) 表中のカロリーは副食のみです。

ライスのみカロリーは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

