

# 2024年11月7日～11月20日メニュー

11/7 (木)	11/8 (金)	11/11 (月)	11/12 (火)	11/13 (水)
461Kカロリー	368Kカロリー	322Kカロリー	364Kカロリー	465Kカロリー
揚げ鶏のマリネ(2ヶ)	炊き込み御飯	豚肉の甘辛味噌焼	豚かつ丼風	揚げ鶏のトマトソース
和風ポークチャップ 麻婆茄子 かにクリーミーコロケ キャベツのごま油ドレッシング ペンネペロンチーノ 漬物	鶏のみそ漬焼 赤魚の塩焼 揚げ出し豆腐みぞれあん 和風ツナスパゲティ 紅白なます 梅きくらげ・漬物	天ぷら盛 (かぼちゃ・なす・さつまいも) さけの塩焼 和風だしカレー ひじきのドレッシングサラダ わさび醤油スパゲティ・漬物	鶏肉のドレッシング漬焼 いかハンバーグ(紅生姜入り) オーロラソース 旨塩春雨 キャベツの千草漬 スライスたくあん(2枚)・漬物	チーズソース入りポテトの包み揚げ ゆず香るれんこん豆腐ハンバーグの あんかけ ねぎマヨひじき キャベツのスパイスサラダ バジリコスパゲティ・漬物
11/14 (木)	11/15 (金)	11/18 (月)	11/19 (火)	11/20 (水)
458Kカロリー	477Kカロリー	455Kカロリー	422Kカロリー	429Kカロリー
北海道産秋さけフライと 照焼チキンタルタルソース	チキンかつと揚げぎょうざ おろしポン酢付	黒胡椒ソースのハンバーグ	きのこ竹の 生姜炊き込み御飯	チキン南蛮
豚ロース唐揚げ甘辛たれ 四川風麻婆豆腐 切干大根のカレー炒め 一味こんにゃく(2ヶ) 黒こしょうパスタ 漬物	豚肉のコチュジャンだれ キャベツと昆布の ごま油ペロンチーノ 鶏だんご照マヨ(2ヶ) がんも煮 浅漬風梅酢大根	ささみフライ梅肉ソース もっちり水餃子(2ヶ) 野菜のかき揚げ ねぎ味噌 ひじきの佃煮 漬物	豚肉しぐれ煮 鶏肉塩麹天ぷら さばの西京味噌焼・ちくわの磯辺揚げ 昆布入り和風ペロンチーノ 切干大根の炒め煮 キャベツの千草漬・漬物	ハムかつ 豚肉の生姜焼 塩焼そば うの花 ゆず風味白大根

※食品衛生上お弁当は涼しいところで保管したうえで、 [カロリー表示]表中のカロリーは副食のみです。

1時頃までに、お召し上がりください。

ライスのみカロリーは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お願いたします。

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

