

2025年7月3日～7月16日メニュー

7/3 (木)	7/4 (金)	7/7 (月)	7/8 (火)	7/9 (水)
400Kカロリー	437Kカロリー	516Kカロリー	531Kカロリー	363Kカロリー
揚げ鶏のみぞれ和え	醤油旨味いかかつと 照焼チキンタルタルソース	黒胡椒ソースのハンバーグ	オススメです!! かにクリーミーコロッケ	鶏唐揚 (旨塩・生姜醤油)
豚肉甘辛味噌焼 いかハンバーグ(紅生姜入り) オーロラソース コーンたっぷりフライ 梅春雨 わかめピリ辛和え・漬物	揚げ出し豆腐味噌そぼろ 豚肉の和風カレー炒め たらこスパゲティ キャベツのポン酢和え 梅きくらげ 漬物	白身魚のマリネ 四川風麻婆豆腐 ソーセージかつ キャベツのスパイスサラダ バジリコスパゲティ 漬物	揚げ鶏のトマトソース 手作りねぎ焼 さばの西京味噌焼 ひじきサラダ ペンネアラビアータ 漬物	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 切干大根炒め煮 わかめの酢の物 漬物
7/10 (木)	7/11 (金)	7/14 (月)	7/15 (火)	7/16 (水)
450Kカロリー	410Kカロリー	522Kカロリー	381Kカロリー	355Kカロリー
オススメです!! ソースとんかつ	大人気! チキン南蛮	銀鮭の西京味噌メンチ	鶏唐揚 (旨味噌・塩レモン)	鶏肉の塩麹漬焼
バターチキンカレー 厚切ハムポテトサラダ焼 あじと高野豆腐の南蛮漬け 昆布入り和風ペペロンチーノ キャベツと人参の野菜ドレッシング 漬物	豚肉の和風マリネ 煮物 (たこ・三種の根菜つみれ) スパゲティミートソース わかめとねぎのめた かつお大根	豚肉のしぐれ煮 ブラックペッパー入り ハンバーグトマトソース サラダこんにゃくのヘルシーチャプチェ 野菜のかき揚げ天丼風 梅きくらげ・漬物	水餃子とチヂミ たれ付 茄子と挽肉のトマトカレー スパゲティペペロンチーノ 切干大根の炒め煮 人参サラダ 漬物	揚げ出し豆腐・かぼちゃ・ おくら・肉そぼろあんかけ ねぎマヨさつま揚げ ソース焼そば キャベツの千草漬 紅生姜

※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

