

2022年11月10日～11月23日メニュー

11/10 (木)	11/11 (金)	11/12 (土)	11/14 (月)	11/15 (火)	11/16 (水)
おすすめです! 489Kカロリー プレミアムえびかつ タルタルソース	498Kカロリー 油淋鶏	492Kカロリー 中華風ごま担々シチュー	484Kカロリー タレかつ	487Kカロリー 鶏ごぼうもち麦御飯	495Kカロリー 鶏唐揚 (名古屋風と四川風) 鶏モモ肉です!
豚肉の照り焼き 揚げ出し豆腐味噌そぼろ ひじきと切干大根の佃煮 スパゲティ梅ペペロンチーノ 紅生姜	骨なしさわら西京焼と ちくわ磯辺揚 豚肉の和風カレー炒め ねぎ塩もやし 切干大根とキクラゲのマヨネーズ和え ザーサイ麺・漬物	目玉焼フライ イカカツ 炒め昆布パスタ 絹厚揚げ豆腐煮 キャベツのゆかり和え 漬物	さばの塩焼 大きいです! 焼きのりの卵焼 煮物(はんぺん、鶏団子) ねぎ味噌 ひじきとれんこんの梅和え 漬物	豚ロース味噌漬 あじフィーレフライ(みりん干し風味) ねぎマヨさつま揚 ちくわと紅生姜のあられ天 キャベツと大根の浅漬 うの花・漬物	豚肉とにんにくの芽ホイコーロー さばのみりん醤油焼 わかめのピリ辛和え コールスローサラダ スパゲティペペロンチーノ スライスたくあん・漬物
11/17 (木)	11/18 (金)	11/19 (土)	11/21 (月)	11/22 (火)	11/23 (水)
497Kカロリー	496Kカロリー	486Kカロリー	488Kカロリー	490Kカロリー	
豚肉のねぎ塩麹焼	厚みあります! ハムかつ	肉じゃがオリエント風	ハンバーグトマトソース	炊き込み御飯	勤労感謝の日
名古屋風チキン味噌かつ 挽肉と茄子のトマトカレー 厚揚げ甘辛煮と おくらスパイス唐揚 大根の生姜酢 ひじきのナムル・漬物	鶏わさび南蛮 とろ〜り目玉風オムレツ 大根と挽肉の生姜煮 キャベツのザワークラウト スパゲティコンソメ醤油 漬物	あじフライ 生姜パスタ カレーコロッケ 大根と青菜のナムル 高菜昆布 漬物	オムレツのたらこマヨ 水餃子辛味ポン酢(2ヶ) チキンフランク 旨塩春雨 キャベツのバジリコドレッシング ポテトサラダ・漬物	ソースチキンかつ 小車麩天と手作り卵焼 こんにゃくの味噌田楽 高野豆腐とひじきのツナサラダ ねぎ塩キャベツ挽肉入り 梅春雨・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。

(カロリー表示) 表中のカロリーは副食のみです。
ライスのみのカロリーは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。

※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。

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

