

2023年6月22日～7月5日メニュー

6 / 22 (木)	6 / 23 (金)	6 / 24 (土)	6 / 26 (月)	6 / 27 (火)	6 / 28 (水)
486Kカロリー	490Kカロリー	486Kカロリー	493Kカロリー	497Kカロリー	487Kカロリー
豚ロース甘辛味噌焼	いかとさつまいもの 天井風	ハムカツ	豚かつ井風	きのことうの 生姜炊き込み御飯	豚肉しぐれ煮
チキン南蛮和風タルタル ソース焼そば あじの唐揚げ 八宝菜 大根と人参の酢ナムル 漬物	鶏肉の塩麴漬焼 ゴーヤチャンプルー そばろ味噌大根 煮物(がんも・結びしらたき) わかめの酢の物 漬物	高菜と玉子のビーフン 鰯生姜あん 角天煮 洋風うの花 大根・人参ピリ辛和え 漬物	厚切ハムポテトサラダ焼 水餃子辛味ポン酢(2ヶ) わかめとねぎのぬた はるさめのチャプチェ たくあん	鶏肉の生姜焼 白身魚の野菜油淋ソース 揚げ出し豆腐味噌そばろ ごぼうと油揚げのおかずサラダ キャベツと大根の浅漬 おくらのだし煮・漬物	牛肉たっぷりメンチかつ あじの塩焼 スパゲティミートソース ちくわと紅生姜のあられ天 ねぎ味噌 漬物
6 / 29 (木)	6 / 30 (金)	7 / 1 (土)	7 / 3 (月)	7 / 4 (火)	7 / 5 (水)
491Kカロリー	489Kカロリー	492Kカロリー	488Kカロリー	495Kカロリー	496Kカロリー
ハンバーグ トマトソース	ジャンボしゅうまいと えび入り三角春巻 辛子醤油付	北海道産とうもろこし入り クリーミーフライ	いつもより大きいです!! えびかつ粒マスタードマヨ	鶏唐揚げ (旨塩と生姜醤油)	鶏モモ肉です! 他人井風煮
チキンおろし竜田 さばの味噌煮 生姜餃子(2ヶ) キャベツ・人参の 野菜ドレッシング和え スパゲティペロンチーノ・漬物	照焼チキンタルタルソース カレー麻婆豆腐 桜えびとねぎのかき揚げ パスタ焼そば 大根と人参のピクルス 漬物	肉じゃがオリエンタル風 ボンゴレスパゲティ こんにゃくの土佐煮 キャロットラペ おから明太 漬物	豚ロース唐揚げ甘辛たれ 挽き肉チンジャオロース スパゲティナポリタン 手作りねぎ焼 キャベツの千草漬 漬物	豚肉のコチュジャン焼 和風スパゲティ 茄子の味噌そばろあんかけ 切干大根の炒め煮 わかめの酢の物 漬物	味付きチキンかつ いわしのマリネ(2ヶ) カレーマカロニグラタン もやしのナムル 糖しほり大根 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。

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

