

2022年9月15日～9月28日メニュー

9/15 (木)	9/16 (金)	9/17 (土)	9/19 (月)	9/20 (火)	9/21 (水)
485Kカロリー	498Kカロリー	488Kカロリー		495Kカロリー	496Kカロリー
骨なしサーモンフライ タルタルソース	タンドリーチキン	明太サラダフライ	敬老の日	豚肉しぐれ煮	鶏肉西京焼
鶏肉の七味みそ焼 水餃子辛味ポン酢(2ヶ) もやしのわさび和え サーターアンダギー スパゲティナポリタン 漬物	揚げ太刀魚の野菜甘酢あん 四川風麻婆豆腐 ジャンボコロッケ 大根と挽肉の生姜煮 れんこんの梅和え 漬物	根菜・豆腐旨煮 トマトソースパスタ 里芋の胡麻炒め ひじきおぐらのサラダ 大根ピリ辛酢和え 漬物		ささみフライ梅肉ソース 骨なしさば塩焼 麻婆茄子 手作りねぎ焼き わかめのピリ辛和え 漬物	チンジャオロース いかの唐揚 クリーミースパゲティサラダ (ブロッコリー・人参・キャベツ) おぐらおろし 千切たくあん
9/22 (木)	9/23 (金)	9/24 (土)	9/26 (月)	9/27 (火)	9/28 (水)
494Kカロリー		480Kカロリー	486Kカロリー	497Kカロリー	492Kカロリー
マイルドチャーハン	秋分の日	クラムチャウダー (トマト味)	豚生姜焼	炊き込み御飯	直火焼き牛豚ハンバーグ トマトソース
鶏わさび南蛮 揚げ出し豆腐 茄子の和風味噌そぼろあんかけ スパゲティコンソメ醤油 手作り卵焼 白菜キムチ・漬物		BLTフライ アンチョビとパン粉のスパゲティ 白揚天(あおさ)煮 ごぼうの明太マヨ 大根のキンピラ 漬物	フィッシュ南蛮 水ぎょうざチリソース(2ヶ) コロッケ甘辛煮 ペネペペロンチーノ おからひじき 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	鶏味噌からあげ さば大葉フライ 野菜カレー 大根と人参の和風ピクルス パスタ塩焼そば 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

