



栄養のバランスを重視した

手造りお弁当メニュー



2018年10月1日(月)~5日(金) / 10月8日(月)~12日(金)

◆エネルギーの表示値は目安です。◆ライスのカロリーは340Kcalです。◆個包装の調味料はご使用量に個人差がございますので表記カロリーには含まれておりません。◆仕入状況によりメニュー内容を変更させていただく場合がございますのでご了承ください。◆アレルギー物質特定原材料7品目のうち卵・乳成分・小麦は毎日のお弁当に含まれます。その他の4品目につきましては各日右枠の黒字で表示しております。◆弊社製造工場ではそばを含む製品を製造しております。◆調理、盛付け過程においては、アレルギー物質の二次的混入を防ぐために細心の注意を払っておりますが、絶対的なものではありません。重篤な方、過敏な方は十分にご理解、ご留意いただきますようお願い申し上げます。

10月	☆人気メニュー!	チキンソテーオニオンドレッシング スパゲティナポリタン 畑のお肉 ひじき五目煮 野沢菜漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
1日	玉子屋オリジナル かにクリームコロッケ		
413Kcal 塩分 3.6g			
↑ヘルシー!	牛肉ときのこの玉子とじ 淡竹金平 かぼちゃ天ぷら レンコン天ぷら もずく酢 ミニ笹かま うぐいす豆 キャベツ一夜漬	そば 落花生 えび かに	
2日	まぐろの照焼 わさびおろしソース		
371Kcal 塩分 3.4g			
3日	チーズinメンチカツ	シルバー西京漬焼 野菜サラダ 豚肉と根菜のクリーム煮 葉唐ピーマン佃煮 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
450Kcal 塩分 3.6g			
4日	若鶏唐揚 小袋マヨネーズ添え	ほっけ塩焼 もやし挽肉炒め オリジナル韓国風サラダ フキの土佐煮 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
422Kcal 塩分 3.5g			
★オススメ!	アラスカカレーのソテー和風タルタルソース 黒はんぺんフライ 卵の花 ほうれん草のおひたし 大根一夜漬 ドレッシング添え千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	
5日	葱塩豚丼風		
412Kcal 塩分 3.7g			

8日	体育の日	野菜かき揚げ 玉子屋の絹ごし豆腐 かぼちゃ利久あんかけ 厚焼玉子 みぞれ酢和え 金平ごぼう 白菜一夜漬	そば 落花生 えび かに
9日	松茸ごはん 新さんま塩焼		
369Kcal 塩分 3.0g			
10日	ハンバーグステーキ きのこの赤ワインソース	ミニ白身フライ小袋タルタルソース添え 目玉焼風オムレツ ビーンズサラダ チーズペンネ ポテトフライ ピリ辛こんにゃく バターコーン	そば 落花生 えび かに
448Kcal 塩分 3.5g			
11日	秋鮭のちゃんちゃん焼	焼栗コロッケ しばワカメ 豚肉・ナス・ピーマンのポン酢炒め 大根・ツナ・カリフラワーのサラダ きゅうり一夜漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
433Kcal 塩分 3.8g			
12日	チキンと秋野菜の カチャトーラ	ふわトロオムレツコーンクリームソース いわしフライ かぼちゃサラダ キャラブキ 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
455Kcal 塩分 3.6g			

スポーツ、行楽、読書に芸術。ピヨちゃん、まずは食欲の秋を満喫します♪



玉子屋

- ✓ ライスの容器にお箸や紙コップ等、ライス以外の物をお入れになられないよう、お願い致します。
- ✓ お弁当の容器は電子レンジ対応ではございません。温める際は別の皿などに移して温めて下さい。
- ✓ 個包装の調味料は使用量に個人差がございますので、表記カロリーには含まれておりません。
- ✓ 新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく午後1時頃までにお召し上がり下さい。

秋の味覚堪能Week開催

酷暑の夏も過ぎ、今年も秋の味覚堪能Weekの季節がやって参りました！
海の幸・山の幸・野菜など豊富な食材に恵まれる「秋」を堪能していただける
ようにと企画した毎年恒例の「秋の味覚シリーズ」も今回で5回目を数えます。
期間は10/9(火)~10/12(金)までの一週間。豊かな日本の秋の味覚を取り揃え、
お届けいたします！どうぞお楽しみに♪





栄養のバランスを重視した

手造りお弁当メニュー



2018年10月15日(月)~19日(金) / 10月22日(月)~26日(金)

◆エネルギーの表示値は目安です。◆ライスのカロリーは340Kcalです。◆個包装の調味料はご使用量に個人差がございますので表記カロリーには含まれておりません。◆仕入状況によりメニュー内容を変更させていただく場合がございますのでご了承ください。◆アレルギー物質特定原材料7品目のうち卵・乳成分・小麦は毎日のお弁当に含まれます。その他の4品目につきましては各日右枠の黒字で表示しております。◆弊社製造工場ではそばを含む製品を製造しております。◆調理、盛付け過程においては、アレルギー物質の二次的混入を防ぐために細心の注意を払っておりますが、絶対的なものではありません。重篤な方、過敏な方は十分にご理解、ご留意いただきますようお願い申し上げます。

10月	★オススメ! ちょっと小ぶりですが プリッと食感がうれしい えびフライ×2 タルタルソース	ミートボールのデミグラスソース煮 目玉焼 ポークソーセージ けんちん煮 しそ昆布 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
15日	456Kcal 塩分 3.6g		
16日	👍GOODバランス 和風弁当 十六栄養米	さばの西京漬焼 鶏肉じゃが ごぼうときのこのかき揚 味付海苔 ほうれん草の胡麻和え さつま揚 黒豆 白菜ゆず一夜漬	そば 落花生 えび かに
17日	ポークジンジャー 野菜炒め添え	コーンポタージュコロケ ペンネと野菜のシーザーサラダ ぜんまい田舎煮 小えび佃煮 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
18日	牛丼風煮と ホキのソテー ナッツソース	イカカツ 菜の花辛子和え 芽レンコンのしそ風味漬 大根ゆず一夜漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
19日	☆人気メニュー! 人気の 中華風弁当	美味しい春巻 酢豚風煮 白身魚(タラ)の野菜あんかけ ソース焼そば おくらのザーサイ和え 杏仁フルーツ	そば 落花生 えび かに

月	☆人気メニュー! 美味しい ヒレカツ 胡麻入とんかつソース	赤魚照焼 スパゲティミートソース 小松菜と油揚げの煮びたし 小芋煮 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
22日	357Kcal 塩分 3.7g		
火	👍GOODバランス 豆腐ステーキ きのこあんかけ	いわし天ぷら 牛しゃぶサラダ レンコン金平 めかぶ 厚焼玉子 さつま芋甘煮 きゅうり一夜漬	そば 落花生 えび かに
23日	419Kcal 塩分 3.4g		
水	★オススメ! 好評! 若鶏のマスタード焼	チーズ入魚肉ソーセージフライ 豚肉と根菜のカレー 野菜サラダ しばきクラゲ 福神漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
24日	465Kcal 塩分 3.9g		
木	四川風ソースの 麻婆ナス	スケソウダラの唐揚げポン酢添え かに玉白湯あんかけ 春雨サラダ 塩葱メンマ 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
25日	384Kcal 塩分 3.7g		
金	牛肉の 塩レモン炒め	にしん照焼 肉じゃがコロケ もやしナムル ごぼうサラダ 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
26日	445Kcal 塩分 3.5g		

秋の行楽シーズン到来♪関東の紅葉もそろそろ見頃かな?



玉子屋

- ☑ ライスの容器にお箸や紙コップ等、ライス以外の物をお入れになられないよう、お願い致します。
- ☑ お弁当の容器は電子レンジ対応ではございません。温める際は別の皿などに移して温めて下さい。
- ☑ 個包装の調味料は使用量に個人差がございますので、表記カロリーには含まれておりません。
- ☑ 新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく午後1時頃までにお召し上がり下さい。

★ピヨちゃんのおすすめメニュー

一品目は 10/15(月)ちょっと小ぶりですがプリッと食感がうれしいえびフライ×2です。いつものえびフライと比べるとちょっと小ぶりなのですが、えび独特のプリッと食感と風味にこだわりました。ファンも多い玉子屋自慢のタルタルソースでお召し上がり下さい♪

二品目はご好評をいただきました 10/24(水)若鶏のマスタード焼です。若鶏をはちみつと醤油に漬け込み、粒マスタードを丁寧にからめて焼き上げます。控えめな酸味とまろやかな甘味、ほんのり香る粒マスタードの風味が食欲をそそります。ぜひ、お召し上がり下さい♪

