



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29日(月)~11月2日(金) / 11月5日(月)~9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	GOODバランス	さんまの開き焼 野菜かき揚げ 玉子屋の絹ごし豆腐 つくね串 おくらと山芋の和え物 淡竹金平 うずら豆 大根ゆず一夜漬	そば 落花生 えび かに
29日	四種のきのこごはん		
	388Kcal 塩分 3.0g		
	★オススメ!	銀さわらの西京漬焼 切干大根煮 五目ビーフン炒め ごまちりめん 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
30日	広島産カキフライ×2 小袋タルタルソース		
	356Kcal 塩分 3.6g		
	炭火焼	アジフライ 菜の花明太子和え 絹ごし揚のそぼろあんかけ 味の華 きゅうり一夜漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
31日	チキンステーキ		
	402Kcal 塩分 3.6g		
11月		ほっけ塩焼 揚げギョウザ×2 香味そば もやしのおひたし ラー油キクラゲ	そば 落花生 えび かに
1日	チンジャオロース 青椒肉絲		
	395Kcal 塩分 3.8g		
	★人気メニュー!	五種のチーズ入フライ 野菜サラダ かぼちゃのクリームシチュー しそ昆布 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
2日	ポークソテー シャリアピンソース		
	401Kcal 塩分 3.7g		

月

火

水

木

金

5日	プリプリえびカツ	さばの照焼 ウインナー入野菜炒め スパゲティサラダホースラディッシュソース 海の華 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
	417Kcal 塩分 3.6g		
	★オススメ!	親子煮 レンコン天ぷら 小松菜のおひたし 金平ごぼう しじみ大根煮 白菜ゆず一夜漬	そば 落花生 えび かに
6日	前回大好評につき! 高級銀鮭塩焼		
	322Kcal 塩分 3.4g		
	ミルクたっぷり	アラスカカレイのソテーマリネ風 豚肉なすピーマン味噌炒め ひじき五目煮 かつお角煮 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
7日	グラタンコロッケ		
	429Kcal 塩分 3.7g		
	★人気メニュー!	黒メバルの粕漬焼 コーンサラダ 本格タイ風グリーンカレー さつま芋甘煮 福神漬 ドレッシング添え千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
8日	のりごまチキン		
	386Kcal 塩分 3.6g		
	★カロリー控えめ!	赤魚塩こうじ漬焼 温泉玉子 みぞれ酢和え しばワカメ キャベツ一夜漬	そば 落花生 えび かに
9日	好評! すき焼風煮		
	293Kcal 塩分 3.9g		

文化の日は外に出て、秋の一日を楽しみたいな♪



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 10/30(火) 広島産カキフライ×2 です。本場広島産のカキの中でも身入りの良いふっくらとしたカキを厳選して使用します。栄養豊富でジューシーなカキに、口どけの良いサクサクの衣をまわせました。タルタルソースは小袋入ですので、お好みでどうぞ♪

二品目は 11/6(火) 高級銀鮭塩焼 です。前回大好評につき、今回もサイズアップでご提供です！なかなか仕入が困難な銀鮭ですが、お客様からのご要望を多数いただきましたのでがんばって調達しました！脂の乗った食べ応え十分な銀鮭を、ぜひご賞味ください♪





栄養のバランスを重視した

手造りお弁当メニュー



2018年11月12日(月)~11月16日(金) / 11月19日(月)~23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。

11月				
12日	名古屋風味噌ソースの 一口とんかつ×2	あじの塩焼 ほうれん草のおひたし ペンネと野菜のシーザーサラダ ピリ辛こんにやく 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	
13日	ヘルシー! 若鶏治部煮 わさび添え	シルバー西京漬焼 レンコン金平 かにかま天ぶら かぼちゃ天ぷら もずく ミニ竹輪 小えび佃煮 白菜ゆず一夜漬	そば 落花生 えび かに	
14日	コク旨! ビーフシチュー	たらのソテーレモンディルソース ベーコンマスタードフライ フキわさび 大根・ツナ・カリフラワーのサラダ ドレッシング添え千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	
15日	★オススメ! あんこうの唐揚×2 野菜あんかけ	いか黄金焼 鶏肉と卵と野菜の炒め 塩焼そば わかめちりめん 杏仁フルーツ	そば 落花生 えび かに	
16日	フランクチーズ串カツ さばの味噌煮	豚しゃぶサラダ明太子マヨネーズ ぜんまい田舎煮 大根ゆず一夜漬 卵の花 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	

月

火

水

木

金

19日	★オススメ! 晩秋の味わい 栗ごはん	マスの粕漬焼 野菜かき揚げ 牛時雨煮と大根煮 なめこおろし 金平ごぼう だし巻玉子 うずら豆 キャベツ一夜漬	そば 落花生 えび かに
20日	★人気メニュー! ウインドミルポーク使用 豚肉生姜焼 かいわれ添え	かぼちゃコロケ にしん照焼 野菜サラダ 角切おかか昆布 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
21日	厚切ハムフライと キーマカレー	海鮮ハンバーグおろしソース ポテトサラダ パイナップル 福神漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
22日	チキンソテー すりおろしオニオンソース	黄金カレイの唐揚 麻婆豆腐 もやしナムル コロコロごぼう 旨塩ドレッシング添え千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
23日	勤労感謝の日		

秋も深まり、落ち葉のじゅうたんが街のあちこちに見られるね♪



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

今回のおすすめ一品目は 11/15(木)あんこうの唐揚×2野菜あんかけです。寒い時期の食材として有名なあんこうをジューシーな唐揚にしました。淡泊なあんこうの身は、非常に栄養価が高く、低カロリーでうま味も豊かです。特製の野菜あんでお召し上がり下さい。

二品目はリクエストも多くいただく秋の定番メニュー11/19(月)栗ごはんです。お醤油で香ばしい風味に炊き上げたごはんに、色よく甘めに煮上げた栗を混ぜ込みます。晩秋の味覚の代表格『栗ごはん』を、ぜひご堪能ください♪

