



栄養のバランスを重視した

手造りお弁当メニュー



2019年2月11日(月)～2月15日(金) / 2月18日(月)～22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。

2月	11日	建国記念の日		そば 落花生 えび かに
12日	煮込みハンバーグ 和風おろしソース	白身フライ小袋タルタルソース添え スパゲティナポリタン ひじき五目煮 野沢菜漬	まぐろ角煮 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
13日	★オススメ! もち麦ごはん 北海道産マス塩焼	豚しゃぶサラダ明太子マヨネーズ かぼちゃ天ぷら 小松菜と油揚げの煮びたし レンコン金平	かにかま天ぷら 磯華玉子巻 うずら豆 白菜一夜漬	そば 落花生 えび かに
14日	☆人気メニュー! チキンソテー オニオンドレッシング	かつおフライ ナスと挽肉の生姜炒め ピリ辛こんにゃく	かぼちゃサラダ 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
15日	チンジャオロース 青椒肉絲	豆腐ステーキ棒々鶏ソース 揚げギョウザポン酢添え 芽レンコンのしそ風味漬 もやしナムル	千切キャベツ	そば 落花生 えび かに

18日	↑ヘルシー! 筍ごはん	たららの煮付 厚揚げの挽肉野菜あんかけ 金平ごぼう キャベツ一夜漬	はんぺん磯辺揚げ 焼鳥串 山菜おろし 黒花豆	そば 落花生 えび かに
19日	★オススメ! ポークソテー ステーキソース	いかフライ 本格タイ風グリーンカレー パイナップル ドレッシング添え千切キャベツ	マカロニサラダ 福神漬	そば 落花生 えび かに
20日	オリジナル かにクリームコロッケ	ホキのソテー和風オニオンソース ミートボールと野菜のトマト煮 野菜炒め キャラブキ 千切キャベツ		そば 落花生 えび かに
21日	☆人気メニュー! 人気の 中華風弁当	アジの南蛮焼 八宝菜 春雨サラダ	美味しい春巻 ソース焼そば しばキクラゲ	そば 落花生 えび かに
22日	若鶏の照焼 柚子胡椒薬味ソース	豆腐カツ ワカメと玉ねぎの梅おかか和え 生姜の甘辛煮 ドレッシング添え千切キャベツ	肉じゃが 大根一夜漬	そば 落花生 えび かに

立春も過ぎ、木々の芽も春の支度を整える季節だね♪



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

おすすめ一品目は 2/13(水)もち麦ごはんです。もち麦はゴボウやさつまいもに匹敵するほどの食物繊維を含んでいるので、整腸作用が期待できます。また、血糖値の上昇を緩やかにし、腹持ちも良くなるのが知られています。もち麦独特のプチプチ・モチモチ食感をどうぞお楽しみください♪
二品目は 2/19(火)ポークソテーステーキソースです。ステーキソースは醤油をベースにローストガーリックとすりおろしやみじん切りの玉ねぎ・数種類の調味料を加え、お肉に負けない存在感をだしました。さらに豚肉との相性も良いリンゴを加えて、まろやかな味わいに仕上げたオリジナルソースです。ポークソテーにたっぷりからめてお召し上がり下さい♪

