



栄養のバランスを重視した

手造りお弁当メニュー



2019年8月26日(月)～30日(金) / 9月2日(月)～6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。

8月					
26日 394Kcal 塩分 3.5g	たっぷり プリプリ えびかつ	白糸鱈のソテー和風タルタルソース	そば	月	
		完熟トマトのハヤシシチュー	落花生		
		ひじきとコンニャク煮	えび		
		ピリ辛さんま煮	かに		
		千切キャベツ			
27日 336Kcal 塩分 3.4g	↑ヘルシー! 牛しゃぶサラダ 胡麻ポン酢おろし	旬さば塩焼	そば	火	
		高野豆腐のそぼろ煮	落花生		
		かぼちゃ天ぷら	えび		
		ミニ笹かま天ぷら	かに		
		淡竹金平			
28日 426Kcal 塩分 3.8g	根菜ハンバーグ 青じそソース	5種のチーズフライ	そば	水	
		スパゲティナポリタン	落花生		
		小松菜と油揚げの煮びたし	えび		
		刻み椎茸と昆布煮	かに		
		ドレッシング添え千切キャベツ			
29日 347Kcal 塩分 3.7g	★オススメ! 黒麻婆豆腐	えび風味鹿の子揚げ	そば	木	
		若鶏炭火焼	落花生		
		もやしナムル	えび		
		黄桃	かに		
		ドレッシング添え千切キャベツ			
30日 474Kcal 塩分 3.8g	☆人気メニュー! ウインドミルポーク使用 豚肉生姜焼	大根餅の胡麻ソース	そば	金	
		アジフライ	落花生		
		野菜サラダ	えび		
		きゅうり一夜漬	かに		
		葉唐辛子佃煮			

9月					
2日 395Kcal 塩分 2.8g	GOODバランス 四種の きのこごはん	さんまの開き焼	そば	月	
		玉子屋の冷やっこ	落花生		
		えび入野菜かき揚げ	えび		
		つくね串	かに		
		菜の花辛子酢味噌			
3日 380Kcal 塩分 3.9g	オリジナル フライドチキンと キーマカレー	アラスカカレイのソテー和風レモンソース	そば	火	
		コーンサラダ	落花生		
		ふき土佐煮	えび		
		福神漬	かに		
		ドレッシング添え千切キャベツ			
4日 440Kcal 塩分 3.3g	☆人気メニュー! 人気の かつ煮	ほっけ塩焼	そば	水	
		厚揚げと根菜のみぞれ煮	落花生		
		めかぶ	えび		
		小えび佃煮	かに		
		きゅうり一夜漬			
5日 372Kcal 塩分 4.1g	えびのフリッター チリマヨソース	かに玉甘酢あんかけ	そば	木	
		八宝菜	落花生		
		香味スパゲティ	えび		
		中華ポテト	かに		
		切干大根のサラダ			
6日 388Kcal 塩分 3.5g	★オススメ! ポークソテー 和風ステーキソース	いかフライ	そば	金	
		ラタトゥイユ	落花生		
		ぜんまい田舎煮	えび		
		しそ昆布	かに		
		ドレッシング添え千切キャベツ			

夏野菜に夏の果物。美味しく、食欲が止まらないピヨちゃんです♪



- ✓ 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 8/29(木)黒麻婆豆腐です。痺れるような辛さは最近人気の花椒で、まろやかな旨味は2種類の黒胡椒で引き出しました。見た目が“黒い”麻婆豆腐。食欲を刺激する美味しさです！

二品目は 9/6(金)ポークソテー和風ステーキソースです。ソースは醤油をベースに、玉葱・リンゴ・数種類の調味料とローストガーリックを加えた和風のステーキソースです。お肉の美味しさを引き立てる、まろやかなソースでお召上がり下さい♪

