



栄養のバランスを重視した

手造りお弁当メニュー



2020年7月27日(月)～7月31日(金) / 8月3日(月)～7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。

7月	☆人気メニュー!	青ヒラスの西京漬焼 菜の花とベーコン入クリームコロッケ ひじきとこんにゃく煮 かつお角煮 信州野沢菜漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
27日 392Kcal 塩分2.6g	牛肉の赤ワイン煮 チーズペンネ添え		
↑ヘルシー!	赤魚照焼 鶏肉天ぷら 黒豆がんと野菜煮 淡竹金平 磯華玉子巻 オクラの梅和え 葉唐辛子佃煮 きゅうり一夜漬	そば 落花生 えび かに	
28日 320Kcal 塩分2.8g	幕の内風弁当		
29日 424Kcal 塩分2.4g	チーズ入 メンチかつ	さば塩焼 五目ビーフン炒め けんちん煮 山クラゲ柚子胡椒 千切キャベツミックス	そば 落花生 えび かに
☆オススメ!	若鶏の甘味噌焼 もやしナムル 揚ギョウザ×2ポン酢添え 黄桃 大根ゆず一夜漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	
30日 417Kcal 塩分2.4g	黒麻婆豆腐		
31日 466Kcal 塩分2.5g	根菜ハンバーグ 和風おろしソース	アジフライ ほうれん草の胡麻和え 豚肉・ナス・ピーマンピリ辛味噌炒め しそ昆布 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに

8月	☆人気メニュー!	さんまの開き焼 スパゲティサラダホースラディッシュソース 小松菜と油揚げの煮びたし コロコロごぼう 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
3日 405Kcal 塩分2.6g	手造りヒレかつ 胡麻とんかつソース		
★オススメ!	若鶏照焼 生七味ソース	ゴボウとキノコのかき揚 豚肉じゃが さつま揚 めかぶ ピリ辛苟そぼろ 白菜一夜漬	そば 落花生 えび かに
4日 416Kcal 塩分2.8g	中華風弁当 油淋鶏		
5日 403Kcal 塩分2.7g	ポークジンジャーソテー 野菜炒め添え	シーフードカレー 野菜サラダ とろ〜りポテトコロッケ 珈琲煮豆 福神漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
↑ヘルシー!	牛しゃぶサラダ ポン酢おろし	さばの味噌煮 蓮根金平 はんぺん磯辺揚げ オクラ天ぷら 菜の花おひたし 畑のお肉 キャベツ一夜漬	そば 落花生 えび かに
6日 398Kcal 塩分2.9g	中華風弁当 油淋鶏		
7日 422Kcal 塩分2.7g	中華風弁当 油淋鶏	かに玉白湯あんかけ 八宝菜 春雨サラダ ごまキクラゲ 千切キャベツミックス	そば 落花生 えび かに

夏野菜の美味しい季節! ビタミン摂って夏バテ防止だね♪



- ✓ 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

おすすめ一品目の 7/30(木)黒麻婆豆腐は、痺れるような辛さとまろやかな旨味が特徴の玉子屋自信作です。黒胡麻ペーストと黒すり胡麻を合わせたベースの醬に花椒を加えます。期間限定メニューですので、今シーズンは最後かも!ぜひ、お見逃しなく!

二品目は 8/4(火)若鶏照焼生七味ソースです。和歌山産の山椒と高知産の柚子が入った生の七味唐辛子を使います。唐辛子は控えめに、山椒の痺れる辛味と爽やかな香り、柚子の風味が相性の良い生七味ソースは、若鶏の照焼にもよく合います。

どちらも夏にピッタリの食欲を刺激する一品です。どうぞ、お召上がり下さい♪

