



栄養のバランスを重視した

# 手造りお弁当メニュー



2021年1月11日(月)~1月15日(金) / 1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、ご留意いただけますようお願い申し上げます。

1月	成人の日		そば 落花生 えび かに
11日			
12日	GOODバランス 五目釜めし	赤魚照焼	野菜かき揚げ
		玉子屋のミニ豆腐	蓮根金平
406Kcal 塩分 2.7g		小松菜と切干大根煮	ミニバーグ
		黒花豆煮	キャベツ一夜漬
13日	★オススメ! チキンソテー オニオンドレッシング	真ほっけフライ	野菜サラダ
		かぼちゃのクリームシチュー	
425Kcal 塩分 2.5g		ピリ辛筍そばろ	信州野沢菜漬
		千切キャベツ	
14日	スペイン産アルティシモポーク 豚肉生姜焼	アジの塩焼	ほうれん草おひたし
		蓮根はさみ揚げポン酢添え	五目卵の花
403Kcal 塩分 2.4g		大根ゆず一夜漬	千切キャベツ
15日	☆人気メニュー! 中華風弁当	海鮮ハンバーグ野菜あんかけ	
		美味しい春巻	麻婆茄子
448Kcal 塩分 2.7g		ソース焼そば	杏仁フルーツ
		グリーンゼーサイ	

1月	名古屋風みそソースの とんかつ		そば 落花生 えび かに
18日			
444Kcal 塩分 2.8g	ヘルシー! 19日	銀鱈の西京漬焼	みぞれ酢和え
		筍天ぷら	オクラ天ぷら
372Kcal 塩分 2.7g		金平ごぼう	笹かまぼこ
		味の華	きゅうり一夜漬
20日	★オススメ! 本格タイ風 グリーンカレー	ホキのソテー和風タルタルソース	
		野菜コロケ	コーンサラダ
401Kcal 塩分 2.5g		珈琲煮豆	千切キャベツミックス
21日	照焼ポーク 生七味ソース	黒はんぺんフライ	五目ビーフン炒め
		けんちん煮	山クラゲ柚子胡椒
357Kcal 塩分 2.4g		白菜ゆず一夜漬	
		ドレッシング添え千切キャベツ	
22日	☆人気メニュー! 鶏肉の カシューナッツ炒め	赤魚唐揚げわさびドレッシング添え	
		大根もち胡麻ソース	もやしナムル
413Kcal 塩分 2.3g		昆布の佃煮	千切キャベツ

お正月はお家でのお楽しみ。お餅も食べて元気いっぱい！今年もよろしくお祈りします！



- ✓ 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 1/13(水)チキンソテーオニオンドレッシングです。リンゴ酢を使用したフレンチドレッシングベースに、玉ねぎとパセリを加えます。フルーティな甘味と爽やかな酸味が感じられる玉子屋オリジナルソースをチキンソテーにたっぷりからめてお召し上がり下さい！

二品目は 1/20(水)本格タイ風グリーンカレーです。味にこだわり調味料は本場タイから調達したものを使い、日本人の味覚に合わせ生クリームを加えて食べやすく仕上げています。辛さ・コク・旨味のバランスがとてもよく感じていただける一品です。

どちらもリクエストをいただくことのできる大人気のメニューです！ぜひ、ご賞味ください♪

