

|    |                   |                                                     |                                                       |                    |                      |                      |
|----|-------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------|----------------------|----------------------|
| 6月 | 9<br>(月)<br>人気    | 洋食屋さんの味 トマトソースのハンバーグステーキ                            | 豚肉じゃが 野菜サラダ<br>目玉焼 スパゲティ ブロッコリー<br>プチシュークリーム お漬物      | 360Kcal<br>塩分:2.5g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 10<br>(火)<br>おススメ | エビたっぷり!サクッと揚げたプリプリエビカツ                              | さば塩焼 五目焼ビーフン<br>切干大根サラダ 黒豆煮<br>お漬物 千切キャベツ             | 348Kcal<br>塩分:2.5g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 11<br>(水)         | ヒレカツ胡麻とんかつソース<br>厚揚げと青菜のクリーム煮                       | ほっけ塩焼 ひじきとこんにゃく煮<br>あみおかか佃煮 お漬物<br>千切キャベツ             | 328Kcal<br>塩分:3.7g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 12<br>(木)         | 白ごはんがすすみますトンテキ<br>ウインナーと大根のポトフ風                     | 白身魚フライ 春雨マヨサラダ<br>ビリ辛こんにゃく煮 お漬物<br>千切キャベツ             | 361Kcal<br>塩分:3.9g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 13<br>(金)<br>50周年 | 50周年記念～アンケートからの人気メニュー～<br>玉子屋特製中華弁当<br>エビチリソース 春雨添え | 若鶏照焼 美味しい春巻<br>ソース焼そば 根菜ビクルス<br>ザーサイ漬 杏仁フルーツ          | 470Kcal<br>塩分:3.4g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
| 6月 | 16<br>(月)<br>50周年 | 50周年記念～アンケートからの人気メニュー～<br>牛すき焼弁当温泉玉子添え              | かぼちゃ入り野菜かき揚げ<br>オクラのおかか和え 卵の花<br>日野菜漬                 | 436Kcal<br>塩分:3.6g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 17<br>(火)<br>ヘルシー | 根菜つくねバーグ照焼ソース<br>おいしいアジフライ                          | 大根とこんにゃくのみそ田楽<br>わかめと玉ねぎの和え物<br>うずら豆煮 お漬物 千切キャベツ      | 300Kcal<br>塩分:3.8g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 18<br>(水)         | 厚切りハムカツ<br>スパゲティミートソース                              | 赤魚照焼 小松菜のおひたし<br>しそ昆布佃煮 お漬物<br>千切キャベツ                 | 313Kcal<br>塩分:3.5g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 19<br>(木)<br>人気   | しっとりジューシー油淋鶏<br>こってりユク旨 麻婆ナス                        | アジさんが焼青じそおろし<br>野菜サラダ バイナップル<br>お漬物 千切キャベツ            | 458Kcal<br>塩分:3.1g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 20<br>(金)         | おいしいハムマヨポテトフライ<br>夏野菜たっぷりラタトゥイユ                     | スケソウダラのソテー和風オニオンソース<br>シエルマカロニサラダ ひよこ豆煮<br>お漬物 千切キャベツ | 357Kcal<br>塩分:2.6g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |

◆エネルギーの表示値は目安です。◆ライスのカロリーは 296Kcal 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 8 品目つきましては各日右枠の黒字で表示しております。特定原材料に準ずるもの 20 品目につきましてはホームページからご確認いただけます。◆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。◆ライスにはシールド乳酸菌を 100 億個配合しております。※シールド乳酸菌は森永乳業株式会社の登録商標です。


お弁当箱は電子レンジに入れないでください。


午後2時までにお召し上がりください。


ご使用済みのお箸と箸袋はお弁当容器ではなく、コンテナの中にお戻しください。


また、お弁当容器にゴミを入れたり粘着テープを貼ったりしないよう、ご協力をお願いいたします。



|    |                   |                                  |                                               |                                 |                    |                      |                      |
|----|-------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|--------------------|----------------------|----------------------|
| 6月 | 23<br>(月)<br>人気   | オリジナルフライドチキン<br>トマトハヤシシチュー       | ふわとろオムレツ<br>鮭フレーク<br>お漬物                      | 野菜サラダ<br>スパゲティ<br>千切キャベツ        | 350Kcal<br>塩分:3.1g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 24<br>(火)<br>Good | もちもち美味しい黒米ごはん<br>とり天とさばの味噌煮      | 玉子屋の冷や奴<br>わかめと玉ねぎの酢の物<br>あさり佃煮               | ごぼうさんびら<br>梅干                   | 416Kcal<br>塩分:3.4g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 25<br>(水)         | さっくりメンチカツ<br>じゃがいものミートソース煮       | アラスカカレイのソテー和風レモンソース<br>カリフラワーのサラダ<br>胡麻キクラゲ佃煮 | お漬物<br>千切キャベツ                   | 433Kcal<br>塩分:3.9g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 26<br>(木)<br>おススメ | 豚ロース香味揚げ<br>ホキのソテーナッツソース         | パッタイ(タイ風焼そば)<br>ひじきの胡麻サラダ<br>お漬物              | 黒豆煮<br>千切キャベツ                   | 414Kcal<br>塩分:2.7g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 27<br>(金)         | タルタルソースを包んだ鮭メンチ<br>豆腐ハンバーグトマトソース | 鶏肉と野菜の中華炒め<br>カレーサラダ<br>お漬物                   | しそ昆布佃煮<br>千切キャベツ                | 323Kcal<br>塩分:3.3g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
| 6月 | 30<br>(月)<br>おススメ | 玉子屋のシーフードカレー<br>旬の味 枝豆ユロツケ       | マス塩焼<br>ユーヒー煮豆<br>千切キャベツ                      | 野菜サラダ<br>福神漬                    | 355Kcal<br>塩分:3.3g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
| 7月 | 1<br>(火)          | 照り焼きチキン<br>夏野菜のトマト煮込み            | 黒はんぺんフライ<br>レンコンさんびら<br>お漬物                   | オクラ梅和え<br>葉唐辛子佃煮                | 389Kcal<br>塩分:3.8g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 2<br>(水)          | ごはんにはピッタリ!麻婆春雨<br>かに玉白湯あんかけ      | メバルからあげ味ぼん。添え<br>小松菜おひたし<br>黄桃                | ザーサイ漬<br>千切キャベツ                 | 261Kcal<br>塩分:2.7g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 3<br>(木)<br>人気    | 大人気!若鶏からあげ<br>小袋マヨネーズ添え          | ホッケ塩焼<br>ポテトサラダ<br>お漬物                        | ゴーヤチャンプルー<br>辛子キクラゲ佃煮<br>千切キャベツ | 362Kcal<br>塩分:4.3g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |
|    | 4<br>(金)          | トマトソースで食べる<br>北海道チーズ入りユロツケ       | さば黒胡椒焼<br>ベーコンと小松菜のスパゲティ<br>ひよこ豆煮             | さつま揚げと根菜煮<br>お漬物<br>千切キャベツ      | 463Kcal<br>塩分:3.4g | 乳<br>小麦<br>落花生<br>かに | 卵<br>そば<br>えび<br>くるみ |

◆エネルギーの表示値は目安です。◆白ライスのカロリーは 296Kcal 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 8 品目つきましては各日右枠の黒字で表示してあります。特定原材料に準ずるもの 20 品目につきましてはホームページからご確認ください。◆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。◆ライスにはシールド乳酸菌®を 100 億個配合しております。※シールド乳酸菌®は森永乳業株式会社の登録商標です。

 お弁当箱は電子レンジに入れないでください。

 午後2時までにお召し上がりください。

 ご使用済みのお箸と箸袋はお弁当容器ではなく、コンテナの中にお戻しください。  
また、お弁当容器にゴミを入れたり粘着テープを貼ったりしないよう、ご協力をお願いいたします。



## 株式会社 玉子屋