

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

7月	7 (月)	セタメニュー	星のハンバーグ クリームシチュー 旨塩チキンからあげ チーズペンネ 野菜サラダ ブロッコリー 小女子佃煮 お漬物 千切キャベツ	390Kcal 塩分:3.6g	乳 卵 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ
	8 (火)	味付ぽん酢と大根おろしで食べる ロースとんかつ×2	高野豆腐の玉子とじ かぼちゃのいとし煮 しば漬わかめ 千切キャベツ	325Kcal 塩分:2.2g	乳 卵 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ
	9 (水)	銀ひらす西京焼 トマトソース包みメンチ	カレー肉じゃが 根菜ビクルス 白花豆煮 お漬物 千切キャベツ	367Kcal 塩分:2.7g	乳 卵 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ
	10 (木)	さっぱりチキンステーキ 気仙沼産マグロフライ	ヤムウンセン(タイ風サラダ)  厚揚げの煮物青菜添え お漬物 胡麻キクラゲ佃煮 千切キャベツ	371Kcal 塩分:4.2g	乳 卵 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ
	11 (金)	豚ロース唐揚げ野菜あんかけ 四川風麻婆豆腐	アジ塩焼 焼そば わかめと玉ねぎの土佐酢和え みかん ザーサイ漬	420Kcal 塩分:2.7g	乳 卵 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ

7月	14 (月) おススメ	プリッと食感で美味しい！ エビフライ×2タルタルソース 	さば塩焼 野菜サラダ ナスとひき肉のミートソーススパゲティ たけのこ土佐煮 お漬物 千切キャベツ	439Kcal 塩分:2.6g	乳 卵 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ
	15 (火) 人気	前回大好評をいただきました！ ハンバーグでりマヨソース	チーズはんぺんフライ ほうれん草おひたし しそ昆布佃煮 付け合わせ(ポテト・ブロッコリー) お漬物 千切キャベツ	353Kcal 塩分:3.2g	乳 卵 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ
	16 (水)	チキンチリコンカン スゲソウダラのソテー和風タルタルソース	きたあかりコロケ ユーンサラダ 味の花佃煮 お漬物 千切キャベツ	391Kcal 塩分:2.7g	乳 卵 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ
	17 (木) ヘルシー	のり塩チキンカツ ユク旨肉味噌ジャージャー春雨	メバルの煮付 うずら豆煮 オクラの和え物青しそ風味 お漬物 千切キャベツ	287Kcal 塩分:2.7g	乳 卵 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ
	18 (金)	玉子屋の夏野菜カレー たっぷりユーンフライ	ホッケ塩焼 切干大根煮 ブチシェークリーム 福神漬 千切キャベツ	318Kcal 塩分:3.9g	乳 卵 小麦 そば 落花生 えび かに 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 品目に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