


おにぎり弁当

4月

おべんとうの花咲

1(月) 鶏の焼き鳥風 塩昆布のおにぎり 447kcal 脂質12.3g 蛋白質24.5g 塩分2.3g	2(火) さばの胡麻焼き 生姜ごま高菜のおにぎり 457kcal 脂質15.5g 蛋白質21.9g 塩分1.7g	3(水) 豚バラ肉の生姜焼 ゆかりのおにぎり 563kcal 脂質28.8g 蛋白質15.1g 塩分2.7g	4(木) チキンフィレ竜田わかびタルタルソース 醤油香るわかめのおにぎり 470kcal 脂質18.9g 蛋白質12.0g 塩分2.6g	5(金) ハンバーグメキシカンチリソース 鮭のおにぎり 527kcal 脂質20.7g 蛋白質17.2g 塩分2.5g	6(土) チンジャオロース 五穀青菜のおにぎり 314kcal 脂質4.4g 蛋白質14.2g 塩分1.7g
8(月) フルコギ わかめと梅のおにぎり 530kcal 脂質20.2g 蛋白質14.3g 塩分2.3g	9(火) 酢豚 塩昆布のおにぎり 515kcal 脂質14.6g 蛋白質10.0g 塩分2.6g	10(水) チキンカツ 鮭のおにぎり 466kcal 脂質13.8g 蛋白質14.4g 塩分1.9g	11(木) 豚すきやき ゆかりのおにぎり 586kcal 脂質21.9g 蛋白質16.5g 塩分3.9g	12(金) 蓮根つくね&あんこうの天ぷら 甘辛ごぼうソース 生姜ごま高菜のおにぎり 548kcal 脂質24.0g 蛋白質11.9g 塩分2.6g	13(土) タンダーチキン 鮭わかめのおにぎり 388kcal 脂質10.3g 蛋白質21.4g 塩分1.9g
15(月) カニクリームコロッケ 鮭のおにぎり 665kcal 脂質37.0g 蛋白質10.6g 塩分2.0g	16(火) 鱈の竜田揚げ わかめと梅のおにぎり 411kcal 脂質9.7g 蛋白質17.2g 塩分1.9g	17(水) ハンバーグ煮込み玉ねぎソース 塩昆布のおにぎり 481kcal 脂質15.1g 蛋白質14.4g 塩分3.1g	18(木) ぷいぷい海老カツ 生姜ごま高菜のおにぎり 438kcal 脂質13.7g 蛋白質13.7g 塩分2.2g	19(金) 牛肉のスタミナ焼 ゆかりのおにぎり 458kcal 脂質14.9g 蛋白質12.9g 塩分2.7g	20(土) 牛肉コロッケ 醤油香るわかめのおにぎり 498kcal 脂質14.0g 蛋白質8.3g 塩分2.6g
22(月) 若鶏の天ぷら 生姜ごま高菜のおにぎり 638kcal 脂質33.8g 蛋白質20.3g 塩分2.0g	23(火) 豚しゃぶ大根おろしポン酢 鮭のおにぎり 344kcal 脂質7.6g 蛋白質18.3g 塩分2.8g	24(水) 回鍋肉 わかめと梅のおにぎり 512kcal 脂質20.8g 蛋白質13.3g 塩分2.9g	25(木) 根菜入り鶏つくねハンバーグ 塩昆布のおにぎり 339kcal 脂質4.0g 蛋白質11.9g 塩分2.8g	26(金) 豚ロースの照焼 醤油香るわかめのおにぎり 546kcal 脂質29.5g 蛋白質11.9g 塩分1.9g	27(土) アジの大葉梅肉フライ ゆかりのおにぎり 383kcal 脂質12.4g 蛋白質12.5g 塩分2.5g
4月28日から5月6日までお休みさせていただきます		ご注文は前営業日の14時迄にお願いします。ただし月曜日のご注文は金曜日の14時迄とさせていただきます。栄養価はおにぎり1個込みの数値です。栄養価は献立作成時の予定値です。内容の変更により数値は変動致します。又、仕込の都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。		 <p>※写真は一例です。</p>	

<日替わり麺と丼・重>

※ご注文は前営業日の月～金14時までをお願いします。月曜日分のメニューのご注文は、金曜日までをお願いします。(あじさい・ききょうを除く)

曜日	日替わり麺(冷)	日替わり丼	日替わり重	NEW テラックス弁当
月	山菜おろしそば	和風カレー	ピリ辛豚バラ重	自家製唐揚げ弁当(タルタル付き)
火	冷しゃぶおろしうどん	プルコギ丼	焼き鳥重	豚肩ロースの生姜焼き
水	大分とり天うどん かぼすつゆ	カレーライス(辛口)	麻婆茄子重	お肉屋さんのとんかつ弁当
木	肉そば(ラー油麺つゆ)	スタミナ丼	牛焼きすき焼重	洋食弁当(ハンバーグ&エビフライ)
金	たぬきそば	中華丼	天重	カツカレーライス

※特食の画像は、ホームページよりご覧いただけます

オードブルやおかずのみの盛り合せ、会議用の折詰弁当なども承ります。お気軽にご相談ください。ご予算やケースに合わせてご利用ください。ご予約は3営業日前までをお願いします