

# 11月

**当日注文OK!**

## Aランチ

# おべんとうの花咲

土曜日のお弁当は、全品予約制です。また、A・Bランチ以外の月曜日のメニュー注文分は、金曜日の14時までにお願います。ご注文を頂いて、当日配送車の出発する前までにご連絡のない変更はお受けできません。ご注文数でのご請求となりますのでご了承ください。

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
<b>ビーフコロック</b> さば白醤油漬焼き ベーコンナポリタン 457kcal 脂質21.9g 蛋白質16.3g 塩分3.7g	 <b>文化の日</b> 六六	<b>鶏竜田の甘辛ネギソース</b> 干しエビ焼きビーフン けんちん煮 604kcal 脂質36.0g 蛋白質19.9g 塩分4.3g	<b>回鍋肉</b> アジフライ ごぼうサラダ 443kcal 脂質27.7g 蛋白質14.0g 塩分4.2g	<b>神奈川夢ポークメンチカツ</b> たらこスパゲティ キクラゲと人参ナムル 446kcal 脂質25.2g 蛋白質12.9g 塩分3.6g	<b>ポークチャップ</b> 白身魚の竜田揚 卵入りチャプチェ 390kcal 脂質16.8g 蛋白質20.9g 塩分3.2g
9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
<b>とんかつ</b> シルバーサラダ 洋風きんぴら 553kcal 脂質34.4g 蛋白質12.6g 塩分3.9g	<b>ハンバーグ</b> オニオンネミソース ス克蘭ブルエッグ ジャーマンポテト 625kcal 脂質44.5g 蛋白質21.5g 塩分4.7g	<b>麻婆茄子</b> 三角春巻&ニラ饅頭 ソース味スパゲティ 463kcal 脂質26.5g 蛋白質14.5g 塩分3.4g	<b>肉じゃがフライ</b> 春雨オーロラサラダ 野菜のペッパーソテー 402kcal 脂質21.2g 蛋白質12.7g 塩分4.0g	<b>彩りチンジャオロース</b> 白身チーズ青のりフライ キクラゲとハムの炒りたまご 437kcal 脂質22.6g 蛋白質22.7g 塩分4.2g	<b>豚すき煮</b> さば明太漬焼 マカロニサラダ 408kcal 脂質19.2g 蛋白質21.7g 塩分4.8g
16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
<b>チキンフラウンシチュー</b> ペペロンチーノパスタ わかめと竹輪の酢の物 457kcal 脂質21.0g 蛋白質17.7g 塩分4.8g	<b>牛肉のフルコギ</b> イカフライ 春雨のさっぱり炒め 365kcal 脂質15.5g 蛋白質13.9g 塩分3.5g	<b>豚ロースの照焼</b> 高野豆腐の五目煮 ポテトサラダ 361kcal 脂質15.5g 蛋白質21.7g 塩分4.3g	<b>ジャンボエビフライ</b> きたあかりコロック 卵入り塩焼きそば 498kcal 脂質26.8g 蛋白質11.6g 塩分3.5g	<b>鶏千り&amp;春巻</b> 春雨中華サラダ 里芋の味噌がけ 477kcal 脂質20.5g 蛋白質18.0g 塩分4.9g	<b>南瓜コロック</b> チーズソース入り オーシャンスティックフライ 焼うどん 390kcal 脂質19.3g 蛋白質12.1g 塩分4.5g
23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
<b>勤労感謝の日</b> 	<b>クリームシチュー</b> ジューシーメンチカツ 根菜の旨煮 522kcal 脂質28.0g 蛋白質22.0g 塩分4.6g	<b>鶏肉の洋風ソテー</b> たらこスパゲティ カニカマ入りスクランブルエッグ 628kcal 脂質38.8g 蛋白質25.7g 塩分4.2g	<b>豚すきやき</b> 椎茸肉詰めフライ 塩チャプチェ 406kcal 脂質19.8g 蛋白質12.7g 塩分4.7g	<b>えびカツ&amp;イカカツ</b> 豆腐の挽肉包み揚 茄子入りナポリタン 595kcal 脂質37.3g 蛋白質18.0g 塩分3.5g	<b>ブラックカレーコロック</b> 田舎煮 シルバーサラダ 415kcal 脂質20.4g 蛋白質5.2g 塩分3.4g
30(月)	<p>※ご注文は午前9時30分まで            にお願います。栄養価は副食の数値です。並盛ライスは約430kcal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多少変動致します。又、仕入れの都合により献立が変更になる場合がございます。ご了承下さい。            ※Aランチの中仕切りは使い捨て容器です。温めたいおかずの仕切りを切り取って、電子レンジで温められます ※ご注文は、お弁当5食以上で配達いたします</p>				
<b>鶏肉のザンギ揚</b> 大根のけんちん煮 メキシカンポテト 539kcal 脂質28.1g 蛋白質24.5g 塩分2.7g	 ホームページリニューアルしました <a href="https://hanasaki8739.com/">https://hanasaki8739.com/</a>	 写真は一例です	<b>カップみそ汁・ペットボトル緑茶の販売をしております。</b> ¥100(税込) ご注文はお店まで 		