



おべんとこの花咲

Bランチ

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時までをお願いします。

 <p>写真は一例です</p>	 <p>お楽しみ申し上げます お昼までお待ちください</p>	 <p>https://hanasaki8739.com/</p>	<p>カップみそ汁・ペットボトル緑茶の販売をしております。 ¥100(税込) ご注文はお店まで</p> 		
<p>お弁当を電子レンジで温める際、高温で長時間温めると容器が変形したり、フィルムがはかれる事があります。500Wで1分をお守りいただくようお願い致します。又、お弁当箱の蓋に落書きをしたり、テープを貼らないよう、ご協力をお願い致します。</p>	<p>5(火) 鶏肉の照焼 きたあかりコロケ 春雨さっぱり炒め</p> <p>507kcal 脂質28.8g 蛋白質17.9g 塩分4.3g</p>	<p>6(水) マヨたまサラダフライ にぎやかひじき煮 カレーパスタ</p> <p>432kcal 脂質24.1g 蛋白質10.6g 塩分4.8g</p>	<p>7(木) 豚ロース甘辛ねぎソース ポテトナポリタン 春雨サラダ</p> <p>424kcal 脂質21.4g 蛋白質13.4g 塩分2.3g</p>	<p>8(金) いか天ぷら・野菜かき揚げ シンガポール焼きそば 大根のけんちん煮</p> <p>326kcal 脂質18.1g 蛋白質11.2g 塩分3.6g</p>	<p>9(土) 鶏竜田タルタルソース 豆腐のふわふわネギ生姜揚甘辛あん ミートソースパスタ</p> <p>389kcal 脂質24.1g 蛋白質12.2g 塩分2.4g</p>
<p>11(月)</p>  <p>成人の日</p>	<p>12(火) ハンバーグ甘辛あん 椎茸海鮮詰フライ マカロニサラダ</p> <p>498kcal 脂質30.2g 蛋白質16.0g 塩分2.6g</p>	<p>13(水) 四川回鍋肉 スクランブルエッグ 中華春巻</p> <p>616kcal 脂質42.7g 蛋白質18.3g 塩分4.9g</p>	<p>14(木) サーモンカツタルタルソース 大根そぼろ煮 ビーフカレーソテー</p> <p>475kcal 脂質28.4g 蛋白質10.8g 塩分3.6g</p>	<p>15(金) だし塩からあげ たらこスパゲティ 野菜のペッパーソテー</p> <p>429kcal 脂質24.0g 蛋白質25.7g 塩分3.7g</p>	<p>16(土) 豚肉と野菜のオイスター炒め 手作りビーフコロケ きんぴらごぼう</p> <p>487kcal 脂質30.3g 蛋白質13.7g 塩分3.6g</p>
<p>18(月) 揚白身魚といか天ぷら エビマヨソース マカロニとコーンのクリーム煮 ぜんまいと切干大根の五目煮</p> <p>435kcal 脂質23.0g 蛋白質16.1g 塩分3.2g</p>	<p>19(火) とんかつの卵とし煮 ひじきの煮つけ ごぼうサラダ</p> <p>458kcal 脂質28.5g 蛋白質15.3g 塩分3.6g</p>	<p>20(水) カニクリームコロケ さば味噌 中華春雨サラダ</p> <p>560kcal 脂質31.9g 蛋白質20.7g 塩分4.5g</p>	<p>21(木) 豚すき煮 海老のせ野菜かき揚げ マカロニサラダ</p> <p>474kcal 脂質26.9g 蛋白質15.0g 塩分4.6g</p>	<p>22(金) ポークカレー マグロ野菜カツ 卵入りチャプチェ</p> <p>361kcal 脂質15.3g 蛋白質16.4g 塩分4.0g</p>	<p>23(土) ローストビーフINポテト包揚げ スパゲティナポリタン 若竹煮</p> <p>437kcal 脂質20.9g 蛋白質8.2g 塩分3.7g</p>
<p>25(月) ジャージャー ドウフ 家常豆腐 蓮根はさみ揚 春雨サラダ</p> <p>543kcal 脂質32.8g 蛋白質12.5g 塩分4.0g</p>	<p>26(火) カパオ風 鶏肉のバジル炒め えびクリーミーコロケ 青のリジャーマンポテト</p> <p>505kcal 脂質31.5g 蛋白質18.8g 塩分2.3g</p>	<p>27(水) ハンバーグBBQソース 生野菜サラダ いんげんのきんぴら</p> <p>449kcal 脂質27.6g 蛋白質13.6g 塩分3.7g</p>	<p>28(木) 鶏肉の生姜焼き ポテトサラダ 切干大根の五目煮</p> <p>394kcal 脂質19.7g 蛋白質17.3g 塩分4.1g</p>	<p>29(金) いかフライ&えびかつ 焼きうどん きくらげと人参のナムル</p> <p>424kcal 脂質20.5g 蛋白質16.9g 塩分3.7g</p>	<p>30(土) 肉豆腐 春巻 マカロニサラダ</p> <p>478kcal 脂質26.3g 蛋白質16.6g 塩分4.8g</p>