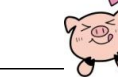
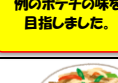
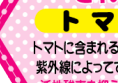
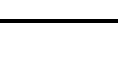




7月 Lunch Menu



1日 火	 回鍋肉&カニカマの磯辺天 高野とふきの煮物 いんげんと蒸し鶏の和風サラダ エネルギー 534kcal 脂質 6.7g 塩分 1.3g	16日 水	 メンチカツ ザーサイビーフン 高野とふきの煮物 エネルギー 751kcal 脂質 19.2g 塩分 3.9g
2日 水	 麻婆ソースハンバーグ (豆腐入り!) キャベツともやしの塩昆布和え 茄子の煮びたし エネルギー 629kcal 脂質 11.8g 塩分 3.3g	17日 木	 サバの塩焼&チヂミ いんげんとちくわの柚子マヨ れんこん青のり七味 エネルギー 593kcal 脂質 10.6g 塩分 2.7g
3日 木	 濃く旨仕立てポークカツ チャプチェ風 金平ごぼう エネルギー 617kcal 脂質 7.6g 塩分 2.6g	18日 金	 酢豚風肉団子 ごぼうとカニカマサラダ ひじきの煮物 エネルギー 684kcal 脂質 17.1g 塩分 3.2g
4日 金	 アジフライのタルタルソース キムたくビーフン れんこんとこんにゃくの生姜そぼろ エネルギー 681kcal 脂質 17.3g 塩分 3.4g	19日 土	 危険予防 おまかせメニュー
5日 土	 おまかせメニュー	20日 日	 熱中症注意! お休み
6日 日	 お休み	21日 月	 ネギ塩焼肉&枝豆天 野沢菜スバ あっさりセロリ エネルギー 591kcal 脂質 9.3g 塩分 3.0g
7日 月	 ～淡路島産藻塩使用～ヤゲン軟骨入り炙り焼きつくね 和風ごま風味の春雨サラダ コロッケ エネルギー 721kcal 脂質 18.9g 塩分 2.1g	22日 火	 メンチカツ柚子胡椒添え 金平たけのこ ポテトサラダ エネルギー 715kcal 脂質 17.5g 塩分 2.0g
8日 火	 のり塩メンチカツ&オムレツ かに風味マカロニサラダ 青菜の梅和え エネルギー 655kcal 脂質 12.7g 塩分 1.7g	23日 水	 油淋鶏 マカロニサラダ 切干大根とあさりの煮物 エネルギー 792kcal 脂質 27.6g 塩分 3.6g
9日 水	 チンジャオロース&春巻 ベベロンチーノ ひじきと小松菜の胡麻和え エネルギー 635kcal 脂質 13.9g 塩分 2.7g	24日 木	 トマトソースハンバーグ 鮭とキノコのバター醤油スバ つきこんのたらこ和え煮 エネルギー 618kcal 脂質 111.8g 塩分 1.8g
10日 木	 こだわり衣のチキンフライ～サルサソース～ 切干大根の明太和えレモン風味 あっさりセロリ エネルギー 642kcal 脂質 14.7g 塩分 3.1g	25日 金	 アジ紫蘇フライ&枝豆入りオムレツ アジアンビーフン れんこんとかまぼこの柚子胡椒炒め エネルギー 546kcal 脂質 8.6g 塩分 1.8g
11日 金	 味噌カツ～辛子付き～ 高菜ビーフン炒め ブロッコリーの和風サラダ エネルギー 638kcal 脂質 9.4g 塩分 2.8g	26日 土	 美味しく! きれいに! トマト おまかせメニュー
12日 土	 おまかせメニュー	27日 日	 お休み
13日 日	 お休み	28日 月	 やみつきスパイシーチキン&サバの竜田揚げ カレービーフン炒め 切干大根と挽肉こっくり煮 エネルギー 664kcal 脂質 17.4g 塩分 1.2g
14日 月	 元祖! 自分で作るのり弁セット※ 海苔 白身フライ ウインナー 金平ごぼうetc エネルギー 772kcal 脂質 26.0g 塩分 3.0g	29日 火	 たっぷり玉ねぎソースのハンバーグ 金平れんこん いんげんと蒸し鶏の胡麻マヨ エネルギー 594kcal 脂質 12.3g 塩分 2.1g
15日 火	 チーズinハンバーグ ツナと大葉の和風スバ ひじきとささ身の味噌マヨサラダ エネルギー 730kcal 脂質 19.6g 塩分 3.3g	30日 水	 鶏の酢豚風 ペンネとエリンギの粒マスタード 茄子の刻み生姜和え エネルギー 589kcal 脂質 8.9g 塩分 2.7g
		31日 木	 豚キムチ&夏野菜彩り海鮮さつま 椎茸と春菊の和風スバ 高野の含め煮 エネルギー 664kcal 脂質 12.7g 塩分 2.7g

あなたの健康をサポート
シールド乳酸菌®入りメニューやっています! ※赤字下線のメニューです
 「あなたの健康をサポート」をテーマに
 1食あたりシールド乳酸菌を100億個も配合!
 こんな世の中だからこそ、
 お客様に健康と美味しさを届けます!
 ※「シールド乳酸菌のM-1」は森永乳業(株)の登録商標です。

※14日(月) 自分で作るのり弁セットの召し上がりかた
 1、ごはんの上にふりかけをまんべんなくかけて、のりをその上に敷きます。
 2、その上、おかず容器に入っているおかずの中から、好きなものを好きなようにのせます。
 3、完成! ぜひ自分ならではののり弁を作りあげてください!
 ※もちろん何もせずいつも通りおかずとして食べてもOKです。

☆弊社のコメは国産米を使用しています。

☆おかずの容器はレンジ非対応です。そのままレンジにかけない様お願いいたします。

☆食材入手の関係で一部メニューを変更する事がありますので予めご了承下さい。

☆お弁当は、陽の当たらない風通しのよい場所に保管して下さい。

☆調理はすべて当日の朝行っておりますが、衛生上午後1時までにお召し上がりください。

☆当社は、名古屋の(栄養成分表示店)に登録されています。

☆エネルギーは普通ご飯(414kcal)を含む値です。

※写真はイメージです。

<https://oshima-bento.com/>