



10月 Lunch Menu

本社 名古屋市天白区中坪町155番地 TEL052-895-9414 FAX052-891-8155
 碧南事業所 碧南市二本木町2丁目22番地 TEL0566-95-5522 FAX0566-95-6602

1日 水	大判肉包み揚げ五品目の野菜あん もやしと蒸し鶏の中華和え ブロッコリーピーナツ和え エネルギー 644kcal 脂質 13.9g 塩分 2.3g	16日 木	チーズinハンバーグ つきこんとはんべいの煮物 キャベツとちくわのおかかマヨ エネルギー 649kcal 脂質 14.2g 塩分 2.8g
2日 木	回鍋肉&棒餃子 高菜とツナの和風スパ ワカメとカニカマの酢の物 エネルギー 547kcal 脂質 5.7g 塩分 2.2g	17日 金	サバの磯辺焼き&かぼちゃコロッケ ごぼうとカニカマサラダ ひじきナムル エネルギー 706kcal 脂質 22.5g 塩分 2.3g
3日 金	メンチカツ柚子胡椒添え キャベツともやしの塩昆布和え 切干大根と蒸し鶏の胡麻酢和え エネルギー 698kcal 脂質 18.7g 塩分 2.3g	18日 土	おまかせメニュー はい、次の方
4日 土	食欲の秋 I'm HUNGRY	19日 日	お休み
5日 日	お休み	20日 月	味噌カツ~辛子付き~ 春雨と蒸し鶏のサラダ 大根のそぼろ煮 エネルギー 681kcal 脂質 13.4g 塩分 2.4g
6日 月	トマトソースハンバーグ カレービーフン炒め 金平こんにゃく エネルギー 591kcal 脂質 10.1g 塩分 2.7g	21日 火	鶏の七味焼&醤油風味の旨味イカカツ ふきと油揚げの土佐煮 青菜の辛子和え エネルギー 601kcal 脂質 16.5g 塩分 1.1g
7日 火	チキンカツの玉子だれ 焼きそば ひじきと小松菜の胡麻和え エネルギー 667kcal 脂質 13.9g 塩分 2.4g	22日 水	キノコソースハンバーグ 切干大根とアサリの煮物 ブロッコリーおかか和え エネルギー 596kcal 脂質 9.3g 塩分 2.7g
8日 水	白身フライ~中濃ソース付~ いんげんとたくあんとかまぼこのサラダ 枝豆の梅肉和え エネルギー 669kcal 脂質 18.9g 塩分 2.0g	23日 木	油淋鶏 チャブチ風 ワカメと生姜のナムル エネルギー 820kcal 脂質 29.2g 塩分 34g
9日 木	ネギ塩焼肉炒め&コーンたっぷりフライ キノコスパ 青菜と桜エビのおかか和え エネルギー 628kcal 脂質 10.0g 塩分 2.6g	24日 金	アジフライ レンコン黒酢金平 ごぼうとさき身の胡麻マヨサラダ エネルギー 621kcal 脂質 13.3g 塩分 1.2g
10日 金	チキンロールフライ 冬瓜のツナあん ポテトサラダ エネルギー 657kcal 脂質 14.0g 塩分 1.6g	25日 土	おまかせメニュー 10月31日はハロウィンだよ~
11日 土	おまかせメニュー	26日 日	お休み
12日 日	お休み	27日 月	ブリの照焼&チヂミ 大根とベーコンのコンソメ煮 きゅうりとカニカマの酢の物 エネルギー 501kcal 脂質 3.8g 塩分 3.1g
13日 月	鶏の照焼&イカキャベツカツ カニカママカロニサラダ 春雨と春菊の和え物 エネルギー 676kcal 脂質 19.6g 塩分 0.7g	28日 火	白身天の野菜あん&和風オムレツ れんこん青のり七味 枝豆とコーンのサラダ エネルギー 725kcal 脂質 18.4g 塩分 2.5g
14日 火	チンジャオロース&ブイヤベース仕立ての魚介カツ 厚揚げとひじきの煮物 生姜天 エネルギー 576kcal 脂質 11.0g 塩分 1.3g	29日 水	やみつきスパイシーチキン&紫芋コロッケ ハムともやしのカレー炒め アジアンビーフン エネルギー 695kcal 脂質 16.6g 塩分 2.0g
15日 水	厚切りハムカツのオーロラソース~辛子付き~ 明太スパ いんげんときのこのソテー エネルギー 788kcal 脂質 26.7g 塩分 3.0g	30日 木	玉ねぎたっぷり和風ハンバーグ 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 605kcal 脂質 13.0g 塩分 1.9g
		31日 金	国産キャベツのメンチカツ 明太スパ かぶと青菜と揚げの煮物 エネルギー 801kcal 脂質 21.0g 塩分 3.0g

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。



お客様の声をお聞かせください!

是非、ご意見ご感想をお聞かせくださいませ!
 今後の参考にさせていただき、
 お客様に喜んでいただけるものをご提供できるようがんばります!

☆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/>