

【お願い】
お弁当の調理には十分注意しておりますが、風通しの良い場所で保管して頂き、安心して喫食していただく為に当日14時までにお召上がり下さい。
【注文方法】
下記の注文書にご記入頂き、前日の14時までにお申し込み下さい。なごみ・あじさい主食の小盛・大盛をご希望される場合には、同一枠内に外数で小〇食・大〇食とご記入下さい。
【当日変更】
午前9時までにご連絡下さい。完全予約制の商品は前日14時以降は変更・取消

Menu

電話：054-259-1341
FAX：054-259-0152

〒421-0106
静岡市駿河区北丸子1-19-20

材料入荷等の都合により献立が変更する場合がございます、ご了承下さい。

日付	なごみ(和)	あじさい(味菜)	健康弁当(完全予約制) こわい生活習慣病美味しからだ守る カロリー650kcal程度 白飯 塩分3g 1日に必要な野菜1/3以上	シェフのこだわり ¥650(税込) ※一部例外あり (300食限定・前営業日14時までの予約制)
5 / 13 (月)	ハンバーグ デミグラスソース キャベツマカロニサラダ 蓮根金平 390 kcal 蛋白 12.9 g 脂質 23.6 g 塩分 3.2 g	ささみチーズカツ&オムレツ ひじきの旨煮 春雨サラダ 280 kcal 蛋白 14.7 g 脂質 12.2 g 塩分 3.0 g	豚肉のトマたまスタミナ炒め 鶏むねの唐揚げ 青菜とパプリカの味噌炒め 644kcal塩分2.3g蛋白29.0g脂質19.9g炭水化物87.3g	うどん弁当 
5 / 14 (火)	豚の葱塩炒め 鶏のスパイシーフリッター 南瓜のマッシュサラダ 357 kcal 蛋白 20.1 g 脂質 20.4 g 塩分 3.5 g	バターチキンカレー マヨポテト焼き 蓮根サラダ 363 kcal 蛋白 13.8 g 脂質 20.1 g 塩分 2.4 g	天ぷら盛り合わせ (えび・さつま芋・空豆のかき揚げ) 牛すじ大根 698kcal塩分2.5g蛋白20.2g脂質19.8g炭水化物108.6g	そのまま食べても 美味しいチーズの 三元豚カツカレー 
5 / 15 (水)	味噌だれトンカツ 焼きそば ブロッコリーサラダ 374 kcal 蛋白 13.5 g 脂質 17.3 g 塩分 3.5 g	鶏のチーズパン粉焼き キャベツとタコの酒蒸し風 ごぼうサラダ 284 kcal 蛋白 16.1 g 脂質 15.8 g 塩分 2.9 g	牛肉たっぷりチャブチ 春巻き じゃが芋のコチュジャン炒め 613kcal塩分2.5g蛋白19.9g脂質16.1g炭水化物96.0g	小海老天の おろしそば 
5 / 16 (木)	鶏の照焼き さばカレーカツ 青椒肉絲 418 kcal 蛋白 22.8 g 脂質 19.2 g 塩分 3.7 g	回鍋肉 春巻 金平ごぼう ポテトサラダ 358 kcal 蛋白 14 g 脂質 19.2 g 塩分 3.2 g	手作りスパニッシュオムレツ えびカツ コールスローサラダ 718kcal塩分2.8g蛋白22.8g脂質22.8g炭水化物103.6g	生姜焼き丼 
5 / 17 (金)	ごはんのにせたら〜韓国風三色丼 たこキャベツカツ 大根のオイスター煮 304 kcal 蛋白 13.7 g 脂質 15.6 g 塩分 5.1 g	豚の生姜炒め 海鮮焼売 明太子パスタ ブロッコリーサラダ 433 kcal 蛋白 18.2 g 脂質 23.3 g 塩分 3.2 g	チンジャオロース 塩肉じゃが 鶏むねのスイートチリ 696kcal塩分2.7g蛋白30.6g脂質19.0g炭水化物99.5g	からあげ弁当 ¥450 
5 / 18 (土)	 おまかせメニュー	ぶりの照焼き 南瓜のそぼろ煮 海藻サラダ 267 kcal 蛋白 16.2 g 脂質 5.8 g 塩分 3.2 g	<厚生労働省基準2015> カロリー：2100kcal/1日 700kcal/1食 (男50-69) 塩分：8g/1日 (1食当り約2.7g) 食物繊維：20g/1日 (1食当り約6.7g) 素材品数：30品以上 (1食当り10品以上)	
5 / 20 (月)	キーマカレー そのまま食べるチーズのせ 目玉焼きフライ 人参の粒マスマヨサラダ 383 kcal 蛋白 15.6 g 脂質 23.9 g 塩分 3.3 g	チーズインハンバーグ かぶとベーコンのコンソメ煮 キャベツのタルタルサラダ 351 kcal 蛋白 15.7 g 脂質 16.3 g 塩分 4.1 g	三色丼風 牛肉コロッケ 切干大根とホタテの煮物 668kcal塩分3.0g蛋白26.2g脂質15.4g炭水化物103.6g	天丼 
5 / 21 (火)	鶏の竜田揚げ レモン果汁添え ガバオライスの具 きのこのバター醤油炒め 463 kcal 蛋白 23.1 g 脂質 26.6 g 塩分 2.9 g	白身魚と肉団子の中華あんかけ 青菜の香味炒め 南瓜焼売 363 kcal 蛋白 17.3 g 脂質 21.1 g 塩分 2.4 g	エビフライ ひれかつ 5種豆のトマトソース 597kcal塩分3.0g蛋白20.2g脂質12.0g炭水化物101.4g	プルコギ丼 
5 / 22 (水)	白身魚の南蛮だれ 豚と蓮根の甘辛炒め ポテトサラダ 450 kcal 蛋白 15.3 g 脂質 21.9 g 塩分 3.3 g	チーズメンチカツ じゃが芋ときのこのマヨ炒め もやしの子和え 397 kcal 蛋白 12.6 g 脂質 18.5 g 塩分 3.0 g	さばの漬け焼 桜エビ入りかき揚げ 細切り昆布の旨煮 666kcal塩分1.9g蛋白27.7g脂質20.3g炭水化物90.5g	平打ち麺の ポロネーゼ 
5 / 23 (木)	あじフライ 炭火焼き鳥ねぎま串(タレ) 春雨のニラ玉炒め 251 kcal 蛋白 11.3 g 脂質 11.9 g 塩分 2.8 g	豚肉のスタミナ炒め 鮭タルタルソース入りフライ 人参サラダ 463 kcal 蛋白 18.1 g 脂質 22.0 g 塩分 2.7 g	チキンカツのおろしだれ 卵焼き もやしと胡瓜のアジアンサラダ 628kcal塩分2.5g蛋白25.9g脂質13.6g炭水化物99.1g	高菜& 明太マヨ& 牛丼 
5 / 24 (金)	ケイジャンチキン トンテキ風炒め ごぼうサラダ 422 kcal 蛋白 23.6 g 脂質 22.4 g 塩分 3.2 g	2種のから揚げ(醤油・塩麴) 五目金平 フルーツポンチ 387 kcal 蛋白 15.5 g 脂質 18.8 g 塩分 2.4 g	ハヤシライス クリーミーコロッケ 水菜サラダ 654kcal塩分2.6g蛋白17.8g脂質14.1g炭水化物100.9g	甘辛鶏天 冷やし中華 
5 / 25 (土)	 おまかせメニュー	自分で作るガバオライス イカといんげんの塩炒め レタスと蒸し鶏のサラダ 321 kcal 蛋白 19.3 g 脂質 14.3 g 塩分 2.8 g	静岡はSDGs(持続可能な開発目標)の考え方に共感し、積極的に取り組んでいます。 その1つが「フードロス問題」。弊社はお弁当の残菜の一部を家畜用飼料に利用することで 処理コストの軽減、処理に伴うCO2の削減を目指しています。 お弁当箱返却の際、割り箸等の食材以外のものをお弁当箱内に入れないうご協力をお願いします。	

お弁当注文書	お客様コードNo.	お客様名	電話番号	FAX番号	ご担当者名

月 / 日	曜日	なごみ		あじさい		健康 弁当	シェフ の こだわり	シェフ 450円	月 / 日	曜日	なごみ		あじさい		健康 弁当	シェフ の こだわり
		セット	おかず	セット	おかず						セット	おかず	セット	おかず		
5 / 13	月								5 / 20	月						
5 / 14	火								5 / 21	火						
5 / 15	水								5 / 22	水						
5 / 16	木								5 / 23	木						
5 / 17	金								5 / 24	金						
5 / 18	土								5 / 25	土						