

【お願い】
お弁当の調製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。

Menu

小盛 210g 327kcal 蛋白質3.6g 脂質0.9g 塩分0g
普通盛 250g 387kcal 蛋白質6.6g 脂質1g 塩分0g
大盛 340g 526kcal 蛋白質9g 脂質1.4g 塩分0g

【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。

電話：054-259-1341 FAX：054-259-0152 〒421-0106 静岡市駿河区北丸子1-19-20

【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・取消はお受け出来ませんのでご了承下さい。

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くからだ守る 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 (300食限定・予約制) ¥550(税込) ※一部例外あり |
|------------|---|--|---|--|
| 8 / 22 (月) | 豚とごぼうの柳川風 青菜と竹輪の煮浸し おくらのおかか和え 350 kcal 蛋白 12.0 g 脂質 17.6 g 塩分 3.6 g | ハンバーグおろしソース 蓮根と豚肉の煮物 莖わかめ入り海藻サラダ 374 kcal 蛋白 16.1 g 脂質 15.1 g 塩分 3.8 g | 野菜たっぷりプルコギ 冬瓜と豚肉の味噌煮 キャベツマカロニサラダ 683kcal塩分2.7g蛋白23.6g脂質18.1g炭水化物101.8g | ナポリタン エネルギー 677 kcal |
| 8 / 23 (火) | さばカレー マカロニサラダ NEW キャベツときのこのバター醤油炒め 391 kcal 蛋白 14.1 g 脂質 19.0 g 塩分 3.9 g | 若鶏のオリジナル唐揚げ 厚揚げの煮物 茄子のおろし和え 383 kcal 蛋白 17.9 g 脂質 18.4 g 塩分 4.2 g | 天ぷら盛り合わせ (海苔の天ぷら・白身魚の天ぷら・ズッキーニとコーンのみき揚げ) 切干大根と帆立の煮物 665kcal塩分2.7g蛋白26.5g脂質18.0g炭水化物96.6g | ヘルシー白滝 ビビン麺 エネルギー 289 kcal |
| 8 / 24 (水) | 韓国風焼肉 チャプチェ風 大根菜とえのきのナムル 461 kcal 蛋白 13.8 g 脂質 29.9 g 塩分 3.8 g | タンドリーチキン ズッキーニの塩炒め 人参サラダ 393 kcal 蛋白 19.1 g 脂質 19.6 g 塩分 4.1 g | 花野菜のミートソース ゴーヤチャンプルー 蓮根の酢の物 651kcal塩分2.2g蛋白21.7g脂質13.9g炭水化物107.5g | めっちゃチキン丼 エネルギー 980 kcal |
| 8 / 25 (木) | 若鶏の竜田揚げ 焼き絹厚揚げ ブロッコリーとツナのサラダ 514 kcal 蛋白 21.6 g 脂質 31.2 g 塩分 2.9 g | すき焼き風 大豆とひじきの煮物 胡瓜ともやしの胡麻酢和え 358 kcal 蛋白 15.3 g 脂質 18.8 g 塩分 3.8 g | 回鍋肉 茄子の生姜炒め 棒棒鶏風サラダ 646kcal塩分2.6g蛋白23.9g脂質18.2g炭水化物93.8g | 夏の天丼 エネルギー 749 kcal |
| 8 / 26 (金) | 海老カツ れんこん金平 わかめサラダ 324 kcal 蛋白 13.1 g 脂質 13.7 g 塩分 4.2 g | 根菜つくねバーグ和風ねぎあん 肉じゃが モロヘイヤとオクラのサラダ 518 kcal 蛋白 19.9 g 脂質 22.7 g 塩分 5.3 g | タンドリーチキン 白滝の焼きそば風 胡瓜の胡麻酢和え 647kcal塩分3.0g蛋白29.3g脂質16.3g炭水化物92.4g | 大人様ランチ エネルギー 827 kcal |
| 8 / 27 (土) | おまかせメニュー | タコライス風 キャベツのポンゴレ風 2種豆と卵のサラダ 391 kcal 蛋白 16.7 g 脂質 21.9 g 塩分 2.8 g | なごみの容器は レンジアップ可能です！ ぜひお試しください。 | <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) |
| 8 / 29 (月) | 牛丼風 蓮根の塩炒め カリフラワーとコーンのサラダ 316 kcal 蛋白 18.2 g 脂質 18.9 g 塩分 3.6 g | さばの生姜風味焼き 切干大根と鶏の含め煮 ひじきサラダ 401 kcal 蛋白 16.9 g 脂質 22.9 g 塩分 3.6 g | 豚ヒレのピカタ 細切昆布の旨煮 たらもサラダ 688kcal塩分2.9g蛋白26.3g脂質15.9g炭水化物100.4g | しそ焼き鳥丼 エネルギー 933 kcal |
| 8 / 30 (火) | たれメンチあん 茄子と豚の味噌炒め スパゲティーサラダ 397 kcal 蛋白 13.8 g 脂質 19.5 g 塩分 4.1 g | 豆腐野菜ハンバーグ和風あん 細切昆布の旨煮 ごぼうサラダ 393 kcal 蛋白 14.4 g 脂質 13.7 g 塩分 3.9 g | ハッシュドビーフ 肉野菜炒め 水菜とレタスのサラダ 661kcal塩分2.6g蛋白26.4g脂質18.9g炭水化物93.0g | うな重 ¥1500 エネルギー 972 kcal |
| 8 / 31 (水) | 豚肉の香味炒め 金平ごぼう 青菜のごま和え 332 kcal 蛋白 15.0 g 脂質 12.1 g 塩分 3.9 g | カレーのチリソース 筍とイカの煮物 春雨中華サラダ 355 kcal 蛋白 21.1 g 脂質 14.4 g 塩分 2.8 g | ユーリンチー チャプチェ カラフル野菜の生姜マリネ 665kcal塩分2.7g蛋白24.7g脂質16.6g炭水化物98.7g | 牛カルビ丼 エネルギー 1126 kcal |
| 9 / 1 (木) | さばの味噌煮 若鶏のオリジナルから揚げ ポテトサラダ 506 kcal 蛋白 22.3 g 脂質 30.8 g 塩分 4.1 g | 三元豚ロース豚カツ おくらのお浸し 里芋のそぼろ煮 371 kcal 蛋白 17.2 g 脂質 16.2 g 塩分 2.8 g | 太刀魚のチャンチャン焼き風 ツナじゃが キャロットラペ 756kcal塩分2.2g蛋白26.4g脂質25.9g炭水化物100.5g | エッグ牛カレー エネルギー 934 kcal |
| 9 / 2 (金) | 手作り黒半片フライ 大根と豚肉の煮物 青菜とたけのこの辛子和え 278 kcal 蛋白 12.7 g 脂質 11.4 g 塩分 3.3 g | 鶏肉の味噌焼き風 高野豆腐の含め煮 めかぶそばサラダ 336 kcal 蛋白 20.4 g 脂質 18.5 g 塩分 3.8 g | 豚のBBQグリル 根菜の炒り煮 ビビンバ 633kcal塩分2.8g蛋白24.1g脂質14.0g炭水化物96.9g | 三元豚の 卵とじかつ丼 エネルギー 804 kcal |
| 9 / 3 (土) | おまかせメニュー | 鶏マヨ じゃがキムチ炒め 切干大根と蒸し鶏のサラダ 385 kcal 蛋白 24.1 g 脂質 15.6 g 塩分 2.3 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。 | SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS |

きりとり線より切り離しお申込み下さい。

| 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 | うな重 |
|--------|----|-----|-----|------|-----|------|------|-----|
| | | セット | おかず | セット | おかず | | | |
| 8 / 22 | 月 | | | | | | | |
| 8 / 23 | 火 | | | | | | | |
| 8 / 24 | 水 | | | | | | | |
| 8 / 25 | 木 | | | | | | | |
| 8 / 26 | 金 | | | | | | | |
| 8 / 27 | 土 | | | | | | | |
| 8 / 29 | 月 | | | | | | | |
| 8 / 30 | 火 | | | | | | | |
| 8 / 31 | 水 | | | | | | | |
| 9 / 1 | 木 | | | | | | | |
| 9 / 2 | 金 | | | | | | | |
| 9 / 3 | 土 | | | | | | | |

☆☆☆お願い☆☆☆
ご注文のキャンセルや
休業・長期休業の
ご連絡は、お早めに
お願いいたします