

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時までにお召し上がり下さい。

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。

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

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くからだ守る 加味-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) |
|------------|---|--|---|--|
| 6 / 10 (月) | チキン南蛮 海老フライ 回鍋肉 ごぼうサラダ 353 kcal 蛋白 20.5 g 脂質 14.1 g 塩分 2.8 g | シーフードカレー ハムカツ フレンチサラダ 359 kcal 蛋白 16.6 g 脂質 15 g 塩分 4.2 g | さばの照焼 豚と野菜のXO醤炒め 根菜と小柱の炒り煮 702kcal塩分2.7g蛋白27.5g脂質21.0g炭水化物97.6g | 高菜&明太マヨ&牛丼  |
| 6 / 11 (火) | 照り焼きハンバーグ ペンネピアンコ ワッフルポテト 341 kcal 蛋白 14.9 g 脂質 16.3 g 塩分 3.8 g | 豚の葱塩大葉炒め イカフライ アスパラサラダ 283 kcal 蛋白 16.1 g 脂質 12.3 g 塩分 2.3 g | エビチリ豆腐 春巻き 回鍋肉 620kcal塩分2.3g蛋白18.1g脂質15.9g炭水化物98.5g | ピピンバ 混ぜそば  |
| 6 / 12 (水) | 焼肉 野菜コロッケ 絹厚揚げの土佐煮 マカロニサラダ 339 kcal 蛋白 16.2 g 脂質 19.1 g 塩分 2.9 g | 鶏の竜田揚げ(おろしポン酢) 筍と蒟蒻の味噌煮 水菜とツナのサラダ 304 kcal 蛋白 18 g 脂質 17.2 g 塩分 2.3 g | 手作りロースとんかつのごまソース 切干大根とあさりの煮物 小松菜と竹輪の炒め 698kcal塩分21.9g蛋白24.3g脂質93.9g炭水化物2.1g | 天丼  |
| 6 / 13 (木) | チキンカツ(大根おろしだれ) 彩り野菜のつくね巻き 切干大根の煮物 348 kcal 蛋白 16.2 g 脂質 17.1 g 塩分 2.8 g | 鶏肉とカシューナッツ炒め 自家製コロッケ クワイの豆板醤炒め 522 kcal 蛋白 20.3 g 脂質 26.3 g 塩分 3.8 g | ハンバーグのクリームソース 豆のドライカレー チンゲン菜とパプリカの味噌炒め 692kcal塩分2.7g蛋白27.9g脂質21.6g炭水化物106.9g | うどん弁当  |
| 6 / 14 (金) | 酢豚 焼き餃子(にんにく抜き) いんげんのハニーマスタードサラダ 木耳の金平 315 kcal 蛋白 8.1 g 脂質 16 g 塩分 3.5 g | 鶏の山賊焼 月見メンチカツ ブロッコリーとコーンのサラダ 399 kcal 蛋白 18.3 g 脂質 20.2 g 塩分 3.6 g | 油淋鶏 パンネのトマトチャウダー 海藻サラダ 682kcal塩分2.6g蛋白25.3g脂質17.8g炭水化物99.6g | 生姜焼き丼  |
| 6 / 15 (土) |  おまかせメニュー | あじの塩焼き 海老カツ 青梗菜ときのこのソテー 大根と豚肉の煮物 270 kcal 蛋白 16.4 g 脂質 11.2 g 塩分 2.5 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) |
| 6 / 17 (月) | 油淋鶏 イカのチリソース もやし中華サラダ 423 kcal 蛋白 18.8 g 脂質 25.1 g 塩分 3.1 g | とんかつ 海老フライ 冬瓜のそぼろあんかけ わかめサラダ 338 kcal 蛋白 13.7 g 脂質 12.5 g 塩分 3.6 g | ビーフカレー ジャーマンポテト クリーミーコーンフライ 721kcal塩分2.6g蛋白18.5g脂質19.8g炭水化物102.3g | ルーロー飯  |
| 6 / 18 (火) | 豚と青菜の旨煮 クリーミーコロッケ 豆のドライカレー 408 kcal 蛋白 22 g 脂質 21.6 g 塩分 3.4 g | チキンスターキッシュアピソース 蓮根とゴーヤの金平 キャロットラペ 395 kcal 蛋白 21 g 脂質 20.4 g 塩分 3.0 g | 豚しゃぶ 揚げ出し豆腐のなめこあん ひじきの炒め煮 694kcal塩分2.3g蛋白22.9g脂質20.5g炭水化物91.1g | 甘辛鶏天 冷やし中華  |
| 6 / 19 (水) | あじフライ ミニお好み焼き ごぼうの柳川風 青梗菜と竹輪のソテー 291 kcal 蛋白 13.6 g 脂質 10.5 g 塩分 3.4 g | 根菜つくねバーグ ロイヤルカリブの天ぷら 肉じゃが 291 kcal 蛋白 12.4 g 脂質 10.8 g 塩分 3.9 g | 白身魚のラタトゥイユ ロールキャベツ セロリのマリネ 599kcal塩分2.1g蛋白24.5g脂質10.2g炭水化物99.2g | 小海老天の おろしそば  |
| 6 / 20 (木) | 豚と4種野菜のジンジャーソテー じゃが芋の旨煮 ブロッコリーサラダ 347 kcal 蛋白 15.4 g 脂質 15 g 塩分 2.7 g | タンダリーチキン 白身魚チーズ磯辺フライ グリーンサラダ 329 kcal 蛋白 18.1 g 脂質 16.5 g 塩分 3.6 g | 焼き鳥風柚子胡椒焼き ごぼうと野菜のかき揚げ 細切り昆布といかの煮物 540kcal塩分2.5g蛋白21.4g脂質10.2g炭水化物90.0g | からあげ弁当 ¥450  |
| 6 / 21 (金) | チキンカレー 蓮根の肉詰めフライ ポテトサラダ 378 kcal 蛋白 11.6 g 脂質 21.6 g 塩分 3.3 g | 天ぷら3種(海老・南瓜・かき揚げ) 彩り豆とひじきの煮物 小松菜の高菜炒め 290 kcal 蛋白 11.6 g 脂質 13.7 g 塩分 2.9 g | 豚のBBQグリル 明太マヨポテト クリームパンネ 682kcal塩分2.8g蛋白23.0g脂質21.5g炭水化物97.9g | プルコギ丼  |
| 6 / 22 (土) |  おまかせメニュー | 豚肉と卵の中華炒め 豆と花野菜のサラダ 海老海鮮餃子 247 kcal 蛋白 15 g 脂質 12.2 g 塩分 2.5 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。 その一つが「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られないよ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 | 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 |
|--------|----|-----|-----|------|-----|----------|------------------|--------|----|-----|-----|------|-----|----------|------------------|-------------|
| | | セット | おかず | セット | おかず | | | | | セット | おかず | セット | おかず | | | |
| 6 / 10 | 月 | | | | | | | 6 / 17 | 月 | | | | | | | |
| 6 / 11 | 火 | | | | | | | 6 / 18 | 火 | | | | | | | |
| 6 / 12 | 水 | | | | | | | 6 / 19 | 水 | | | | | | | |
| 6 / 13 | 木 | | | | | | | 6 / 20 | 木 | | | | | | | |
| 6 / 14 | 金 | | | | | | | 6 / 21 | 金 | | | | | | | |
| 6 / 15 | 土 | | | | | | | 6 / 22 | 土 | | | | | | | |