

# 2022.10がつ REメニュー

献立の下段におかずの  
エネルギー (kcal) と



※弊社お弁当は、お客様の健康を考え防腐剤等の添加物を一切使用していません。  
 ※お弁当は、午後1時までにお召し上がり下さい。  
 ※毎週土曜日はお楽しみメニューとなっております。  
 ※食材入手の関係上、一部又は大幅な変更をさせて頂く場合がございます。  
 ※表示カロリーは、RE弁当(おかずのみ)のものです。  
 ・ご飯Mサイズ・・・395kcal  
 ※当日のご注文は、AM8:00～AM9:00までとなります。

(月曜日)	(火曜日)	(水曜日)	(木曜日)	(金曜日)	(土曜日)
3 エビカツ ホイコーロー ごま和え etc...♥ 303Kcal 1.6g	4 野菜春巻 煮しめ風煮 ピーマンカレーサラダ etc...♥ 234Kcal 2.3g	5 とんかつ 海鮮あんかけ ピーナッツ和え etc...♥ 312Kcal 3.0g	6 ミートコロッケ プルコギ ひじき煮 etc...♥ 317Kcal 2.5g	7 目玉焼きフライ 鶏入りラタトゥイユ からし和え etc...♥ 312Kcal 2.8g	10/1 10/8 いろいろが〜
10 スポーツの日	11 チーズチキンカツ 豚肉アスパラ炒め 柚香浸し etc...♥ 313Kcal 2.4g	12 昔のコロッケ 筑前煮 キャロットサラダ etc...♥ 294Kcal 1.7g	13 豆腐ハンバーグ トマトソース 豚ねぎ大根煮 etc...♥ 297Kcal 2.9g	14 和菜メンチカツ 焼きそば なめ茸和え etc...♥ 344Kcal 2.6g	15 おすすめが〜
17 ハムDEサンドフライ べっこう煮 カレー炒め etc...♥ 353Kcal 2.8g	18 かに玉 鶏野菜ちゃんこ れんこん梅酢 etc...♥ 252Kcal 2.9g	19 アジフライ 牛肉いんげん炒め 白和え etc...♥ 281Kcal 2.4g	20 カレールーフライ 八宝菜 コロコロポテトサラダ etc...♥ 319Kcal 2.8g	21 焼き魚(サバ) ベーコンと豆腐の旨煮 菜種和え etc...♥ 307Kcal 2.7g	22 いろいろが〜
24 チャーハンの日	25 自身フライ ミートスパゲッティ 白菜コールスロー etc...♥ 347Kcal 2.2g	26 玉子サラダフライ 肉じゃが メンマとろとろ煮 etc...♥ 308Kcal 2.4g	27 ハムカツ 厚揚げピリ辛炒め わさび和え etc...♥ 281Kcal 2.8g	28 ハンバーグなめ茸あん 牛肉と大根のほっこり煮 春雨酢の物 etc...♥ 305Kcal 2.8g	29 おすすめが〜
31 イカフライ チキンビーンズ ポン酢和え etc...♥ 326kcal 2.8g					

(株)エスケーシーデリ  
 TEL(0766)84-4153  
 FAX(0766)82-5649