

- ◆ご注文は、9時30分までをお願い致します。
(9時30分以降の変・キャンセルはお断りします)
◆仕入れの都合により、献立の一部を変更する場合がございますので、ご了承下さい
◆添加物を使用していないため、直射日光を避け涼しい所に置き14時までにお召し上がり下さい
◆土曜・日曜・祝日はパック弁当になります。
◆並食に 1品 足してある物が上食となります



福島県会津産の米で
お届けしております
16穀米は国産を使用しています

R2	並 食 弁 当	上 食	ヘルシー弁当 600kcal以下
1月 27 (月)	熟成メンチカツ マロニーサラダ 大根とイカの煮物 しゅうまい	仙台麴の卵とじ	十六穀米 ひれかつ 里芋の大学芋風 大根とイカの煮物 がんも 厚焼き玉子 562kcal
28 (火)	鶏肉の酢豚風 玉ねぎとウインナー炒め 法蓮草の煮びたし	里芋の明太グラタン	豚肉の香草ソース 赤ピーマンソテー ポテト かぼちゃのグリーンソース 信田巻 もやしのナムル 572kcal
29 (水)	さばの味噌漬け コロッケ 八珍豆腐 じゃが芋のカレー煮	チンジャオロース	炉辺焼風串フライ 揚げじゃが芋の味噌和え 八珍豆腐 ひじきとMIXベジの煮物 レンコンの炒り煮 560kcal
30 (木)	手作りとなかつ 青梗菜とあさり炒め 麻婆春雨 マカロニサラダ	煮込みおでん	白身魚と野菜の甘味噌かけ 小松菜とハムのソテー 麻婆春雨 しゅうまい 560kcal
21 (金)	鮭の塩焼き 手作りハムカツ 揚げ豆腐の挽肉あんかけ ザーサイとモヤシ炒め	つくね焼き	クリーミーコロッケ 大根と豚肉のカレー煮 玉ねぎといんげんのソテー 竹の子の土佐煮 あさりと人参サラダ 三角こんにやく 581kcal
2月 1 (土)	釜めし (パック弁当)	サラダパック	

	鍋焼き	どんぶり
月	たぬきうどん おにぎり (こぶ)	ソースカツ丼 カロリー 738Kcal 食塩 3.8グラム
火	カレーうどん おにぎり (梅)	鳥の甘辛丼 カロリー 1096Kcal 食塩 3.1グラム
水	味噌ラーメン おにぎり (鮭)	カツカレー カロリー 799Kcal 食塩 3.0グラム
木	天ぷらそば おにぎり (こぶ)	鳥重 カロリー 869Kcal 食塩 3.3グラム
金	五目うどん おにぎり (梅)	玉子カツ丼 カロリー 990Kcal 食塩 2.4グラム

鍋焼きうどんご注文の方
おにぎりが付く【セット】と
おにぎり無しの【単品】がございます
ご注文の際にどちらかお選びください

R2	並 食 弁 当	上 食	ヘルシー弁当 600kcal以下
2月 3 (月)	豚肉の照り焼き 白身青のりフライ 玉ねぎとイカ炒め 切干と人参の煮物	ウインナーマヨ焼き	海老かつ スナッペンエンドウとイカ炒め 切干と人参の煮物 青梗菜とホタテ炒め フキのピーナッツ和え 462kcal
4 (火)	手作りエビフライ マーボー豆腐 ポテトサラダ	回鍋肉	タンドリーチキン じゃが芋の煮物 マーボー豆腐 煮玉子 若布とねぎの根生姜和え 594kcal
5 (水)	若鶏の味噌焼き れんこんの南部揚げ 大根と薩摩揚げの煮物 いんげんの辛子和え	かぼちゃの肉そぼろ	鮭の焼き物 かぼちゃと小豆の煮物 大根と薩摩揚げの煮物 刻み昆布と人参の煮物 いんげんの辛子和え 春菊とのりの和え物 514kcal
6 (木)	白身魚の竜田揚げ 肉じゃが マカロニサラダ 若布とコーンのバンバンジー和え	カニカマの卵とじ	中華酢豚 椎茸のバター焼き 人参グラッセ マカロニサラダ 三角揚げの煮物 長芋のおかか和え 561kcal
7 (金)	若鶏の唐揚げ フライドポテトミックスサラダ キャベツの油揚げ炒め	ココット	イカの黄味焼き 里芋の明太マヨ和え 焼きそば キャベツの油揚げ炒め 中華なます あさりとねぎのめた 584kcal
8 (土)	ソースかつ丼 (パック弁当)	サラダパック	

鍋焼きの作り方

- 鍋・台・固形燃料をセットします。
- うどんつゆパック(濃縮タイプ)とお湯100CCを加えます。
- ふたをし、固形燃料に火をつけます。
- おおよそ15分後、おいしい鍋焼きうどんの出来あがりです。

味噌ラーメン/そば の作り方

- 具と麺の入ったプラスチックの器を鍋から取り出す
- スープ又は麺つゆとお湯150～200ccを鍋に入れる
- ふたをし、固形燃料に火をつけます。
- スープが煮立ったら麺と具を入れる
- 約1分後、出来上がり

*あまり煮込まない方がおいしく召し上がれます。
*そばの天ぷらは後のせでも召し上がれます
くれぐれも、火の元にはご注意ください。

おにぎりが付くセットとおにぎり無しの単品がございます

当日のご注文受付時間は

8:00～9:30

となっております。

9:30以降のご変更は
お断りする場合がございます

注)FAX注文のお客様は
余裕を持った送信の
ご協力をお願いします

(TEL) 0277-52-6699

(FAX) 0277-52-6680

2/3は 節分です
みんなで豆をまこう!

〔節分豆知識〕

古来より節分は、立春、立夏、立秋、立冬の前日を指し、季節の移り変わる時という意味があります。
もともとは1年に4回ある節分ですが
現在では立春の前日だけを節分というようになっています。
これは特に立春の前夜は陰と陽が対立し
邪気が生じて災をもたらすと考えたところから、
邪気を払う意味で行われていました。
一般的なまき方は「鬼は外」といいながら玄関から外に2度まき、
次に、「福は内」と2度言いながら家の中にまきます。
その後、自分の年齢または年齢より一つ多く豆を食べたりします。