

- ◆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

# 味だより



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

花ぶさ 桐生店  
☎(0277)52-6699代  
www.hanaben.net

R2	並食弁当	上食	ヘルシー弁当 600kcal以下
1月 18 (月)	ハンバーグデミグラスソース れんこんの炒り煮 メンマとハム炒め	イカの明太グラタン	十六穀米 ポークソテーシヤリアピンソース れんこんの炒り煮 春菊とのりの和え物 わかめとねぎの根生姜和え 489kcal
19 (火)	銀鮭の塩焼き 肉団子のクリーム煮 三角絹豆腐	仙台麩の味噌チーズ焼き	茄子のハムサンドフライ 鶏肉とクコの実炒め かぼちゃのグリーンソースかけ 竹の子の土佐煮 つきこんの甘辛煮 510kcal
20 (水)	チキンカツの和風たたき ウインナーと玉葱炒め 竹の子の土佐煮	さばの味噌煮	熟成メンチカツ ウインナーと玉葱炒め 揚げ豆腐のゴマダレ 煮卵 ひじきとピーマンの酢の物 549kcal
21 (木)	ポークカレー 一口かつ マカロニサラダ	ウインナーのケチャップ煮	鮭の西京焼き ほうれん草の煮びたし 刻み昆布と竹輪の煮物 里芋の明太マヨかけ 三角絹豆腐 カリフラワーのカレーピクルス 572kcal
22 (金)	カニクリームコロッケ 大根とシーチキンの煮物 キャベツと油揚げ炒め	かぼちゃのクリームソース	酢豚 椎茸バター焼き ブロッコリー キャベツの油揚げ炒め 青梗菜とあさりのソテー 結び白滝 580kcal
23 (土)	釜めし  (前日注文) (パック弁当)	野菜サラダ	

	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
1月 25 (月)	熟成メンチカツ マーボー春雨 ほうれん草の胡麻和え	ハムエッグ	鶏のから揚げ 里芋の酢味噌和え マーボー春雨 ふきの煮物 小松菜の梅醤油 569kcal
26 (火)	若鶏の西京焼き 里芋とイカの煮物 ひじきと人参の煮物	白身魚のクリームソース	白身魚の中華あんかけ キャベツソテー ひじきと人参の煮物 厚焼き玉子 スナッPEndウのおかか和え 492kcal
27 (水)	カレイの磯辺揚げ 玉ねぎとイカのカレー炒め セロリときゅうりの和え物	ブロッコリーグラタン	豚肉の生姜焼き 厚揚げの味噌焼き ほうれん草炒め 玉葱とイカのカレー炒め かに焼売 さつま芋の大学芋 578kcal
28 (木)	手作りヒレカツ 切昆布と人参の煮物 マロニーサラダ	かぶの肉そぼろあんかけ	ハンバーグデミグラスソース 青梗菜とホタテ炒め 切昆布と人参の煮物 牛肉とごぼうの含め煮 マロニーサラダ 545kcal
29 (金)	宮崎風とり天 肉じゃが メンマと豚小間炒め	イカの黄味焼き	白身魚のカレー風味焼き メンマと豚小間炒め インゲンと玉葱炒め れんこんの炒り煮 がんも 豚肉とエリンギのオイスター炒め 516kcal
30 (土)	焼き肉丼  (前日注文) (パック弁当)	煮物各種	

## 鍋焼きの作り方

1. 鍋・台・固形燃料をセットします。
2. うどんつゆパック(濃縮タイプ)とお湯100CCを加えます。
3. ふたをし、固形燃料に火をつけます。
4. 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。  
\* 天ぷらうどんの具はお好みで後からのせても召し上がれます

## 味噌ラーメン/そば の作り方

1. 具と麺の入ったプラスチックの器を鍋から取り出す
2. スープ又は麺つゆとお湯150~200ccを鍋に入れる
3. ふたをし、固形燃料に火をつけます。
4. スープが煮立ったら麺と具を入れる
5. 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ても召し上がれます  
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

**8:30~9:30**

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