



# おべんとうの花咲 創業66年

当日注文OK

## Aランチ

☆土曜日のお弁当は、前日13時までの完全予約制です  
A・B以外の月曜日のメニュー注文分は、金曜日の13時まで  
土・日・祝日のご予約・変更はできません。ご了承ください

(Aランチ・Bランチ共通) ※ご注文は午前9時30分までにお願いします。 ※栄養価は副食の数値です。M・L・Sは約312kcalです。栄養価は航空機成時の 予定値です。内容の変更により数値は多少変動致します。仕入れの都合により 商品が変更になる場合がございます。ご了承ください。 ※中仕切・詰め・洗い・捨て・容器です。温かい・ほかの仕切を切り取って、電子レンジ で500W1分まで温めます。 ※食中毒防止のため13時までに召し上がりください。 ※衛生的にお食事をして頂くために、使い捨てペーパーを使用しております。 お弁当の蓋に落書きをしない、テープを貼らない様にご協力をお願いします。 ※AM8時30分までは入出不足のため電話がつながりにくいので再度おかけ直し ください。ご不便をおかけいたします。		1(水)		2(木)		3(金)		4(土)			
 写真は一例です		<b>豚肉の生姜焼き</b> 棒餃子&焼売 春雨さっぱり炒め 414kcal 脂質20.7g 蛋白質19.5g 塩分4.0g		<b>鶏の唐揚げ</b> 白身魚の香草フライ スパゲティーポロネーゼ 507kcal 脂質31.4g 蛋白質18.0g 塩分3.6g		<b>イカフライ</b> たっぷりバーコンの粒マスタードコロッケ シルバーサラダ 465kcal 脂質30.8g 蛋白質11.4g 塩分3.7g		<b>牛肉しくれ煮</b> 野菜コロッケ ひじき煮 276kcal 脂質12.8g 蛋白質11.0g 塩分3.3g			
6(月)		7(火)		8(水)		9(木)		10(金)		11(土)	
<b>ポークカレー</b> 手作りメンチカツ ビーフンオイスター炒め 570kcal 脂質34.2g 蛋白質16.0g 塩分4.2g		<b>アジフライ 海老かつ</b> みそ味チャブチ 435kcal 脂質18.4g 蛋白質14.6g 塩分5.9g		<b>かつ煮</b> つきこんの三色きんぴら わかめと胡瓜の酢の物 366kcal 脂質20.1g 蛋白質13.6g 塩分2.5g		<b>イカメンチ ハムカツ</b> トッポギペンネ 486kcal 脂質26.6g 蛋白質13.8g 塩分3.3g		<b>ハンバーグ 大根おろしポン酢</b> 中華春雨サラダ きんぴらごぼう 421kcal 脂質21.7g 蛋白質14.3g 塩分3.8g		<b>ポークチャップ</b> コーンコロッケ マカロニサラダ 423kcal 脂質21.7g 蛋白質14.0g 塩分3.2g	
13(月)		14(火)		15(水)		16(木)		17(金)		18(土)	
<b>回鍋肉</b> 餃子&焼売 春雨タイ風炒め 297kcal 脂質12.6g 蛋白質16.5g 塩分5.8g		<b>ごま醤油オイル チキンソテー</b> カレーコロッケ スパゲティーナポリタン 512kcal 脂質32.5g 蛋白質15.8g 塩分3.0g		<b>豚キムチ</b> 大判肉包み 春雨青じそドレッシングサラダ 422kcal 脂質22.3g 蛋白質11.3g 塩分4.5g		<b>ロースとんかつ</b> 野菜コロッケ 切干大根の五目煮 459kcal 脂質27.9g 蛋白質13.8g 塩分2.1g		<b>麻婆茄子</b> 三角海老春巻 ソース味スパゲティー 449kcal 脂質24.7g 蛋白質12.7g 塩分4.1g		<b>白身魚の天ぷら</b> オクラおい身詰天ぷら ポテトサラダ 463kcal 脂質25.3g 蛋白質9.6g 塩分2.5g	
20(月)		21(火)		22(水)		23(木)		24(金)		25(土)	
 海の日		<b>ガパオ風鶏バジル炒め</b> 肉入りコロッケ 中華春雨サラダ 455kcal 脂質23.0g 蛋白質14.2g 塩分4.1g		<b>ハンバーグ メキシカンチリソース</b> マカロニサラダ ひじきと人参の煮つけ 577kcal 脂質35.6g 蛋白質15.7g 塩分3.6g		<b>ハッシュドビーフ</b> ハムチーズフライ 韓国風味噌スパゲティー 415kcal 脂質22.2g 蛋白質13.9g 塩分4.0g		<b>豚串カツ</b> もちもち肉みそフライ 春雨甘酢炒め 550kcal 脂質26.6g 蛋白質12.6g 塩分3.5g		<b>豚肉フルコギ</b> 千切り トマトソーススパゲティー 322kcal 脂質11.6g 蛋白質17.7g 塩分3.9g	
27(月)		28(火)		29(水)		30(木)		31(金)			
<b>ささみしそ巻きフライ クリーミーカニコロッケ</b> 春雨オーロラサラダ 561kcal 脂質32.3g 蛋白質13.9g 塩分4.2g		<b>豚しゃぶネギソース</b> 茄子はさみ揚げ スパゲティーカレーナポリタン 298kcal 脂質11.7g 蛋白質17.3g 塩分4.4g		<b>エビフライ</b> 2層の牛肉入りコロッケ 塩味チャブチ 448kcal 脂質22.1g 蛋白質7.9g 塩分3.0g		<b>照焼大葉ハンバーグ</b> もちりポテト揚げ 切干大根の変わりきんぴら 522kcal 脂質28.3g 蛋白質12.1g 塩分4.0g		<b>鶯沢オニオン メンチカツ</b> 目玉焼きフライ ペンネミートソース 527kcal 脂質31.1g 蛋白質14.8g 塩分2.5g			