

丸美ランチメニュー

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
<p>★お弁当を安全に食べていただくためには、冷所に保管し、午後2時までにはお召し上がりください。 ★仕入れの都合上一部変更になる場合があります。 ★お弁当を安全に食べていただくには、冷所に保管してください。 ★弊社で使用しているお米の産地は広島産です。 ★献立の下数字は、おかずのエネルギーとたん白質です。健康のためにも偏食せず、過不足のない食生活をお願いします。 ★ごはんのエネルギーは340Kcalです。 ★アレルギー表示はA弁当を対象としております。えびは記入外に魚が入っていることを表しています。 ★アレルギー表示はA弁当を対象としております。えびは記入外に鶏が入っていることを表しています。</p>						
2 鶏唐揚げ きんぴらごぼう 糸こんにゃく煮 301kcal/14.0g	3 いわしフライ けんちん煮 大豆ひじき 252kcal/14.3g	4  八宝菜 春雨チャプチェ シューマイ 257kcal/8.9g	5 チーズささみ 焼きそば 菜の花ごま和え 315kcal/18.5g	6 ハンバーグ 野菜ラウトウイユ ポテトサラダ 445kcal/18g	<p>～2月の献立について～</p> <p>2月は暦の上では「立春」を迎え、寒さの中でも少しずつ春の気配を感じられる季節です。節分には、「一年間健康に過ごせますように」という願いを込めて豆まきをしたり、恵方巻を食べる風習があります。節分は、季節の変わり目に体調を崩しやすいこの時期に、邪気を払い、無病息災を願う大切な行事でもあります。まだまだ寒い日が続きますので、お弁当ではタンパク質・野菜をしっかりと取り入れ、栄養バランスを意識した献立を心がけました。寒さに負けず元気に過ごせるよう、毎日のお弁当が健康づくりの一助となれば幸いです。</p>	
9 ハムカツ 三色そばろ 白菜煮 289kcal/15.9g	10 ジャージャー麺 チンジャオロース 青切昆布煮 327kcal/17.1g	11  建国記念の日	12 メンチカツ 麻婆ナス チンゲンウィンナー炒め 250kcal/11.8g	13  カニクリームコロッケ サリナス洋風炒 法蓮草卵炒め 352kcal/10.0g		
16 牛肉コロッケ 麻婆豆腐 筑前煮 239kcal/6.3g	17 さば味噌煮 牛丼風煮 ビーフン炒め 386kcal/14.7g	18 酢豚 春巻き 絹さや炒め 445kcal/11.5g	19 ヒレカツ クリームシチュー 法蓮草和え 327kcal/17.1g	20 アジフライ プルコギ野菜炒 マカロニサラダ 252kcal/11.7g		
23  天皇誕生日	24 マヨたまカツ 野菜スープ煮 かぶ生酢 407kcal/13.5g	25 チースハンバーグ ピーマン辛みそ炒 きのこ炒め 331kcal/15.4g	26 ブリ生姜焼 豆腐チャンプル 焼うどん 316kcal/17.5g	27 カレー 白身フライ 大根そぼろ煮 204kcal/9.6g		
 丸美弁当 株式会社						
TEL 263-4649 FAX 263-5958						