

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
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

★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。
 ★献立の下の数字は、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  かに  いか 

2 麦ごはん 鶏の唐揚げ 麻婆豆腐 フキ土佐煮 426kcal/19.4g	3 五穀米   かに玉あんかけ ビーフン炒 竹の子ピリ辛 245kcal/10.5g	4 発芽玄米 アジフライ ポトフ 菜の花ごま和え 200kcal/10.9g	5 麦ごはん すき焼き風 おでん きゅうりサラダ 311kcal/12.1g	6 五穀米 ヒレカツ 他人丼風 白菜煮 212kcal/11g
9 発芽玄米   塩だれカルビカツ 八宝菜 大根ゆかり和え 296kcal/14.3g	10 麦ごはん さわら香味焼き ねぎ焼 玉麩卵とじ 286kcal/15.6g	11 五穀米  カニクリームコロッケ アスパラベーコンスハ ゲティ ピーマン炒 319kcal/8.5g	12 発芽玄米 カレー メンチカツ チンジャオロース 251kcal/9.8g	13 麦ごはん ハンバーグ ホークビーンズ 磯ポテト 352kcal/15.8g
16 五穀米 豚生姜炒め さば塩焼き 五目豆 390kcal/20.5g	17 発芽玄米 肉団子酢豚 タラフライ 大根そぼろ 325kcal/11.2g	18 麦ごはん ハムカツ 焼きそば ポテトサラダ 300kcal/12.1g	19 五穀米  エビカツ 豚丼 きゅうり梅和え 263kcal/12.5g	20  春分の日
23 発芽玄米 チーズささみ プルコギ 筑前煮 312kcal/14.7g	24 麦ごはん 肉じゃが さば竜田 春雨炒め 324kcal/16.3g	25 五穀米 牛肉コロッケ 焼うどん マカロニサラダ 381kcal/9.6g	26 発芽玄米 とんかつ ビーフン炒め ドライカレー 420kcal/15.9g	27 麦ごはん 鮭マスタードカツ ホイコーロー きんぴらごぼう 361kcal/16.0g
30 五穀米 マヨたまカツ ジャーマンポテト 竹の子含め煮 366kcal/12.4g	31 発芽玄米 アジ南蛮 ヒレ串カツ 根菜煮物 284kcal/12.5g	 丸美弁当 株式会社 TEL 263-4649 FAX 263-5958		

～3月の献立について～

少しずつ寒さがやわらぎ、春の訪れを感じられる季節になりました。3月は、ひな祭りをはじめ、春らしさを感じられる行事が多いです。献立にも菜の花やたけのこなど旬の食材を取り入れながら、季節を感じられるお弁当作りを心がけています。年度末で疲れが出やすい時期でもありますので、栄養バランスのとれた食事でごんきにすごせると嬉しいです。今年度のお弁当も残りわずかとなりました。最後まで、楽しく美味しい時間になるよう努めてまいりますので、どうぞよろしくおねがいいたします。

