

※メニュー表と実際のおかずの種類・配置は異なる場合があります。 ※レンジをご使用の場合、添付のソースは必ず取り出して下さい。  
※パークレー・ヴァウチャーズもご利用できます。 ※弁当は品質を保つために、13:30までにお召し上がりください。 ※回収容器の水洗いに協力ください。  
※会議用弁当は10個よりご予約承っております。5日前までにご連絡ください。 ※メニューは仕入れの都合により予告なく変更する場合があります。

お弁当の保管場所について 直射日光、高温、湿気が多い場所は避け、風通りの良い所で保管してください。召し上がりが遅くなる場合は冷蔵庫などへ入れてください。

会社名	TEL	お名前
-----	-----	-----

黒胡麻ごはん

4/9

415kcal  
ご飯:367kcal

**黒酢 酢豚**  
栗かぼちゃコロッケ・蓮根磯辺揚げ

ひじきの煮物 小松菜のピーナツ和え  
がんもの煮物

ケ

4/10

383kcal  
ご飯:350kcal

**鯖の塩焼き 鶏天**

竹の子のそぼろ炒め 人参サラダ  
大根の梅おかか和え

ケ

4/11

466kcal  
ご飯:350kcal

**メンチカツ** 胡麻とんかつソース  
牛肉と大根のこってり旨煮

焼きビーフン 南瓜サラダ  
カリフラワーピクルス

ケ

4/12

337kcal  
ご飯:350kcal

**海老カツサラダ**  
きのこミートボールのトマト煮

ツナと水菜のレモンスパゲティ  
蓮根きんぴら チンゲン菜のお浸し

ケ

4/13

461kcal  
ご飯:350kcal

お楽しみフライデー  
**トリプルメイン弁当!**

牛サイコロステーキ  
鶏肉の竜田揚げ  
豚肉と茄子の甘辛炒め など!

ケ

4/14

381kcal  
ご飯:350kcal

**ごぼうと竹輪のかき揚げ**  
豚肉の塩だれ炒め

ケ

フレッシュズ応援 Week

4/16

308kcal  
ご飯:420kcal

鳥のように羽ばたけ!!

**鶏飯弁当**

鶏飯 とんかつ 大根と蓮根の煮物  
鯖の信州味噌漬け焼き など

ケ

4/17

454kcal  
ご飯:370kcal

**のりタル高菜 弁当**

白身フライ 鶏唐揚げ 肉じゃが  
竹輪の照り焼き 金平ごぼう マカロニサラダ など

ケ

4/18

497kcal  
ご飯:350kcal

**W海老フライ & 牛ハラミ焼肉**

切干大根の柚子胡椒風味の煮物  
チンゲン菜とコーンのバターソテー

ケ

4/19

442kcal  
ご飯:350kcal

**BIG!! メンチカツ**

麻婆豆腐 厚焼玉子  
小松菜と揚げの和え物  
ひじきなます 蓮根のツナマヨサラダ

ケ

4/20

383kcal  
ご飯:383kcal

**チキンライス**

ふわとろたまごがけ ※イメージです

ビーフステーキ 豚肉と蓮根の甘辛ごま炒め  
白身魚の竜田 きのことベーコンのスパゲティ など

ケ

4/21

347kcal  
ご飯:350kcal

菜根譚  
オリジナル! **鶏の唐揚げ**  
ゆで卵(柚子胡椒風味)

ケ