



お弁当の 菜根譚

会社名

お名前

住所

TEL

食材の予定
産地

熊本

熊本・福岡

熊本

福岡

2/5
(月)

ケ 402kcal
ご飯: 377 kcal

大好評!

**おかかバーコラ
ご飯**

牛肉ジャポネソース
&ヒレカツ

春雨の中華和え
わかめの酢の物
切干大根とひき肉のカレー炒め

2/6
(火)

ケ 442kcal
ご飯: 320 kcal

**照りたるチキン
タルタルソース
&白身フライ**

ひじきの煮物
チンゲン菜の辛子和え
大根サラダ

2/7
(水)

ケ 320kcal
ご飯: 320 kcal

**とんかつ
ごまとんかつソース
&鶏肉の担々ソース**

明太スパゲティ
こんにやくきんぴら
高菜と椎茸の生姜炒め

2/8
(木)

ケ 439kcal
ご飯: 320 kcal

**海老カツ&カニクリームコロッケ
豚肉の生姜焼き
ピリ辛!オーロラソース**

餃子のねぎ塩だれ
小松菜のお浸し
わかめのごま煮

2/9
(金)

ケ 472kcal
ご飯: 322 kcal

**たっぴり
たまご
チャーハン
鶏の唐揚げ
ソース肉団子**

チンゲン菜と春雨の中華炒め
かぼちゃサラダ
ひじきドレッシング

2/10
(土)

ケ 398kcal
ご飯: 320 kcal

**豚肉とごぼうのオイスターソース炒め
&アジフライ**

2/12
(月)



建国記念日・振替休日

2/13
(火)

ケ 201kcal
ご飯: 320 kcal

チキンカツ&麻婆豆腐

わかめの生姜炒め
こんにやくサラダ
小松菜の和え物

2/14
(水)

ケ 295kcal
ご飯: 356 kcal

**タンドリー トマトソース
ハンバーグ
チキンライス &ハートコロッケ**

マカロニと星チーズのサラダ
彩りピーマンのごま和え
チンゲン菜のお浸し

ほんの
気持ち
チョコ

2/15
(木)

ケ 466kcal
ご飯: 320 kcal

**チキン南蛮
タルタルソース
&たまごやき**

塩昆布バタースパ
わかめドレッシングサラダ
キャベツとたくあんの香り和え

2/16
(金)

ケ 400kcal
ご飯: 320 kcal

**小海老と枝豆
のどばん
黄金メンチカツ**

豆乳がんものおろしだれ
ポテトサラダ
白滝の明太のり和え

2/17
(土)

ケ 363kcal
ご飯: 320 kcal

**プルコギ
&おたのしみメニュー♪**

エリアによって異なります

<http://www.saikontan.com>

当日電話注文はお早めをお願いします。お断りの可能性がります。また、当日は電話が込み合いますので、前日のご予約をお勧めします。

菜根譚公式
Instagram



実際のお弁当写真を見ることができます♪

- 仕入れの都合によりメニュー表と実際のメニューが異なる場合がございます。
- 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下さい。
- お弁当は品質を保つため13:30までに必ずお召し上がり下さい。
- 回収容器の水洗いに協力下さい。
- アレルギー特定原材料7品目を使用した工場で製造しています。

担当