



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・大分



福岡

7/24
(月)

ケ 393kcal
ご飯: 320 kcal

鶏肉と蓮根の
豚肉の生姜焼き & ねぎ味噌炒め
チーズinメンチカツ **おろしだれ** とんかつソース

小松菜のお浸し
こんにやくのピーナツ和え

7/25
(火)

ケ 402kcal
ご飯: 320 kcal

チキン竜田
& 海老と卵のチリソース煮

わかめのそぼろ炒め
南瓜サラダ
柚子ごぼう

7/26
(水)

ケ 323kcal
ご飯: 320 kcal

おろしだれ とんかつ
& つくねの具沢山和風ソース

サイコロこんにやくのごま和え
ひじきの煮物
小松菜のわさび風味

7/27
(木)

ケ 515kcal
ご飯: 320 kcal

スタミナを
つけよう!

照りたるチキン
タルタルソース & アジフライ

切干大根のカレーきんぴら
れんこんと塩昆布の和え物
キャベツとたくあんの香り和え

7/28
(金)

ケ 235kcal
ご飯: 358 kcal



牛とろろ 鶏天 **抹茶塩**
ご飯 & 豚肉とわかめの塩だれ炒め

いんげんのおかか和え
春雨の酢の物

※とろろは個包装で別付になっております。

7/29
(土)

ケ 285kcal
ご飯: 320 kcal

豚唐揚げと蓮根の胡麻だれ炒め
& お楽しみメニュー♪

7/31
(月)

ケ 293kcal
ご飯: 323 kcal



おごだい体用!!
わかめごぼん

豚肉の塩レモン炒め
& チキンカツ

大根のこっくり煮
ごぼうの和風サラダ
がつつりこんにやく

8/1
(火)

ケ 378kcal
ご飯: 320 kcal

豚肉唐揚げ & 麻婆水餃子
竹の子と豚肉のオイスターソース炒め

ベーコンポテトサラダ
チンゲン菜の和え物

8/2
(水)

ケ 457kcal
ご飯: 323 kcal

照り焼きソースハンバーグ
& チキン南蛮 **タルタルソース**

明太スパゲティ
わかめの酢の物
ほうれん草と揚げの煮浸し

8/3
(木)

ケ 297kcal
ご飯: 320 kcal

スタミナを
つけよう!

牛肉ごまポン炒め
& ヒレカツ

肉味噌キャベツ炒め
小松菜のお浸し
白滝のゆかり和え

8/4
(金)

ケ 376kcal
ご飯: 358 kcal



スタミナ
焼肉炒飯

ブラックカレーコロツケ
鶏とごぼうの中華ジャンタン炒め

マカロニサラダ
キャベツの酢の物
切干大根の煮物

8/5
(土)

ケ 421kcal
ご飯: 320 kcal

鶏の唐揚げ〜トマトソース〜
& 牛肉チャプチェ



エリアによって異なります。



エリアによって異なります。

“担当”

<http://www.saikontan.com>

当日電話注文はお早めにお願ひします。お断りの可能性が有ります。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



- 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・湿気の多い場所は避け、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ご協力下さい。
- 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。