

月に1度の39 sDay

2/20
(木)

サーモンフライ
イカリングフライ
ホタテフライ



公式 SNS 更新中!



本社営業所

敦賀営業所

TEL.0778-52-6660
FAX.0778-52-9088

TEL.0770-21-2770
FAX.0770-21-2779

あいランチ



スマホで
メニューが見られます!

国産米を使用 (米トレーサビリティ法に準じ表示)

1月27日(月)

2月3日(月)

★牛肉コロッケ

- ・三角蒟蒻とちくわ煮
- ・キャベツツナ炒め
- ・海藻サラダ



★豚玉ねぎ生姜焼き

- ・春巻き
- ・ごぼうサラダ
- ・チンゲン菜の煮浸し



276kcal/ たんぱく質 14g 脂質 10.7g
炭水化物 31.4g 食塩相当量 3.6g

364kcal/ たんぱく質 17.4g 脂質 17.8g
炭水化物 30.3g 食塩相当量 2.4g

1月28日(火)

2月4日(火)

★豚唐揚げの甘酢あんかけ

- ・シューマイ&揚げギョウザ
- ・ソース焼きそば
- ・ほうれん草の胡麻和え



★白身フライ

- ・厚揚げのマーボーあんかけ
- ・マカロニサラダ
- ・インゲン胡麻和え

五目
炊込ご飯



412kcal/ たんぱく質 18.8g 脂質 15.6g
炭水化物 45.7g 食塩相当量 2.4g

328kcal/ たんぱく質 10.8g 脂質 15.1g
炭水化物 22.3g 食塩相当量 2.7g

1月29日(水)

2月5日(水)

★アジフライ

- ・マーボー春雨
- ・いかじゃがいも煮
- ・白菜の煮浸し



★鶏の唐揚げ

- ・ごぼ天と三角蒟蒻煮
- ・バンサンスー
- ・ドライカレー



279kcal/ たんぱく質 12g 脂質 10.7g
炭水化物 24.4g 食塩相当量 2.1g

405kcal/ たんぱく質 20.3g 脂質 22.9g
炭水化物 28.8g 食塩相当量 2.1g

1月30日(木)

2月6日(木)

★チキンソテートマトソース

- ・ミニ3種野菜かき揚げ
- ・高野豆腐かぼちゃの煮物
- ・ひじきの酢の物



★大きな牛肉コロッケ

- ・蓮根のきんぴら
- ・いか大根煮
- ・蒟蒻コーンサラダ



443kcal/ たんぱく質 20.2g 脂質 17.8g
炭水化物 40.2g 食塩相当量 4.1g

356kcal/ たんぱく質 11.1g 脂質 18.4g
炭水化物 36.6g 食塩相当量 2.7g

1月31日(金)

2月7日(金)

★ハンバーコンフライ

- ・ぜんまい煮
- ・マカロニサラダ
- ・もやしカレー炒め



★ハンバーグトマトソース

- ・ひじき煮
- ・スパゲティサラダ
- ・メンマ炒め



312kcal/ たんぱく質 11.3g 脂質 13.8g
炭水化物 35.6g 食塩相当量 3.9g

392kcal/ たんぱく質 15.5g 脂質 18.6g
炭水化物 37.8g 食塩相当量 4.3g

毎週土曜日は「おまかせメニュー」でお届けします。
食材の都合によりメニューが変更する場合がございます。

和風ランチ



国産米を使用 (米トレーサビリティ法に準じ表示)

1月27日(月)

2月3日(月)

★メバルの味噌焼き

- ・そばろじゃがいも煮
- ・海藻サラダ



★アジの南部焼き

- ・切干大根煮
- ・ごぼうサラダ



225kcal/ たんぱく質 23.1g 脂質 4.7g
炭水化物 20.4g 食塩相当量 2.7g

252kcal/ たんぱく質 21.7g 脂質 10.6g
炭水化物 14.7g 食塩相当量 2.6g

1月28日(火)

2月4日(火)

★さんまの蒲焼き

- ・根菜煮
- ・ほうれん草の胡麻和え



★ソーセージカツ

- ・いかじゃがいも煮
- ・マカロニサラダ

五目
炊込ご飯

378kcal/ たんぱく質 12.6g 脂質 12.8g
炭水化物 35.2g 食塩相当量 2.4g

479kcal/ たんぱく質 18.8g 脂質 21.8g
炭水化物 50.7g 食塩相当量 3.5g

1月29日(水)

2月5日(水)

★ハンバーグおろしポン酢

- ・白菜の煮浸し
- ・ごぼうサラダ



★メバルの漬け焼き

- ・ちくわと蒟蒻のきんぴら
- ・バンサンスー



305kcal/ たんぱく質 12g 脂質 16.6g
炭水化物 25.1g 食塩相当量 2.2g

256kcal/ たんぱく質 24.4g 脂質 7.4g
炭水化物 22.7g 食塩相当量 2.1g

1月30日(木)

2月6日(木)

★赤魚の漬け焼き

- ・大根豚肉煮
- ・蓮根のきんぴら



★鯖の味噌煮

- ・ビーフン炒め
- ・わかめの酢の物



350kcal/ たんぱく質 15.9g 脂質 6.3g
炭水化物 23.5g 食塩相当量 2.3g

310kcal/ たんぱく質 14.8g 脂質 16.1g
炭水化物 24.7g 食塩相当量 4.6g

1月31日(金)

2月7日(金)

★ホッケの塩焼き

- ・焼うどん
- ・ぜんまい煮



★マスの塩焼き

- ・すき焼き風煮
- ・スパゲティサラダ



261kcal/ たんぱく質 16.6g 脂質 8.7g
炭水化物 27.8g 食塩相当量 2g

276kcal/ たんぱく質 19.2g 脂質 11.6g
炭水化物 19.9g 食塩相当量 3.5g

数に限りがございますのでお早めにご注文下さい。食材の都合によりメニューが変更する場合がございます。毎週土曜日は、お休みです。

スマイルパン 151種類 3個セット(税込) 420円

・完全予約制 ・火曜日～金曜日 ・消費期限はお届けの日の翌日まで

<p>1/28(火)</p> <p>1/24(金) 12時締切り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・チョコソーマヨパン ・いちごジャムデニッシュ ・バターステッキ 	<p>1/29(水)</p> <p>1/27(月) 12時締切り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・角切りチーズとベーコンのパン ・ミルクパン ・板チョコクルミ 	<p>1/30(木)</p> <p>1/28(火) 12時締切り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・もちもち塩パン ・ラムレーズン ・あんバターロール 	<p>1/31(金)</p> <p>1/29(水) 12時締切り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カレーピザ ・アップルジャムデニッシュ ・うぐいす豆パン
<p>2/4(火)</p> <p>1/31(金) 12時締切り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ハムクロワッサン ・はちみつチーズピザ ・くりあんパン 	<p>2/5(水)</p> <p>2/3(月) 12時締切り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・からしマヨ入りハムロール ・クロワッサンクリーム ・メロンパン 	<p>2/6(木)</p> <p>2/4(火) 12時締切り</p> <p>季節パン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いちごクリームロール ・コーンバターチーズパン ・コーヒージュガー 	<p>2/7(金)</p> <p>2/5(水) 12時締切り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ごま塩パン ・チョコクロワッサン ・レーズンクリームロール



2
/ 4
(火)
五目炊込ご飯