

2026

3月

ことぶき
弁当今日の
おすすめ!19日(木) 玉子とじのかかった
とんかつ

月	火	水	木	金
2 大人も大好き エビフライ 〈友引〉 601kcal	3 旨味たっぷり 白身フライ 〈先負〉 365kcal	4 カニ風味の クリーミーフライ 〈仏滅〉 415kcal	5 たれも旨い 味噌チキンカツ 〈大安〉 322kcal	6 大きな イカカツ 〈赤口〉 352kcal
9 身がしっかり!! シマホッケの塩焼き 〈先負〉 268kcal	10 豚肉の 焼肉炒め 〈仏滅〉 374kcal	11 玉子とじのかかった エビフライ&イカフライ 〈大安〉 335kcal	12 ご飯によく合う チキン南蛮 〈赤口〉 531kcal	13 ホクホク 肉じゃがコロケ 〈先勝〉 342kcal
16 味がしみしみ〜 さばの煮付け 〈仏滅〉 419kcal	17 ゴマ油香る ビビンバ風焼肉炒め 〈赤口〉 403kcal	18 ほんのり甘い コーンたっぷりフライ 〈赤口〉 293kcal	19 玉子とじのかかった とんかつ 〈友引〉 308kcal	20 ご飯が進む! スタミナ炒め 〈先負〉 308kcal
23 箸が進む ハンバーグ 〈赤口〉 395kcal	24 みんな大好き!! 鶏の唐揚げ 〈先勝〉 413kcal	25 二層の ブラックカレーコロケ 〈友引〉 316kcal	26 大きな たこカツ 〈先負〉 258kcal	27 ご飯が進む! 鮭西京焼き 〈仏滅〉 346kcal
30 たれも旨い ソースチキンカツ 〈先勝〉 392kcal	31 イカがゴロゴロ入った イカメンチ 〈友引〉 367kcal	旬の食材:たけのこ たけのこは、低カロリーでダイエットに適した食材です。特に不溶性食物繊維(セルロース)が豊富で便秘解消に役立ち、カリウム(余分な塩分を排出する効果)やチロシン(脳の神経伝達物質(ドーパミン)の原料となるもの)、グルタミン酸(リラックス成分や抗酸化作用がある)などの栄養素も含まれます。むくみ解消や高血圧予防、脳の活性化(やる気向上)に効果が期待できます。		

※毎度お引き立てを賜り誠に有難うございます。
製造工程におきましては万全を期しておりますが、
昼食は午後1時までに喫食をお願いいたします。
また、仕入等の都合により一部メニューを変更する場合がございますのでご了承下さい。
※当社で使用しているお米は、全て国内産です。

ライスのエネルギーは
普通 380 kcal
大盛 465 kcal です



本社事業所: 大府市桃山町1丁目81番地

0562-45-5300
0120-071-559