

2024

12月

ことぶき弁当

今日の
おすすめ!



20日(金) サクッと美味しい
骨なしフライドチキン

月	火	水	木	金
 <p>2 ご飯が進む! スタミナ炒め 〈赤口〉 411kcal</p>	 <p>3 和食の定番☆ アジフライ 〈先勝〉 278kcal</p>	 <p>4 ニンニクが効いた ジャンボ揚げ餃子 〈友引〉 402kcal</p>	 <p>5 みんな大好き! 鶏の唐揚げ 〈先負〉 513kcal</p>	 <p>6 女性に人気 チーズインハンバーグ 〈仏滅〉 330kcal</p>
 <p>9 箸が進む オニオンハンバーグ 〈先勝〉 493kcal</p>	 <p>10 ほくほく すき焼きゴロッケ 〈友引〉 350kcal</p>	 <p>11 ジューシーな味わい 照焼きチキン 〈先負〉 362kcal</p>	 <p>12 和食の定番! 鮭の塩焼き 〈仏滅〉 294kcal</p>	 <p>13 食べやすい ウィンナー玉ねぎ串カツ 〈大安〉 384kcal</p>
 <p>16 洋食屋さんの デミグラスゴロッケ 〈友引〉 440kcal</p>	 <p>17 和食の定番! さばの煮付け 〈先負〉 499kcal</p>	 <p>18 ねざれがかかった 炭火焼きチキン 〈仏滅〉 384kcal</p>	 <p>19 箸が進む シャージャー麺 〈大安〉 364kcal</p>	 <p>20 サクッと美味しい 骨なしフライドチキン 〈赤口〉 324kcal</p>
 <p>23 甘いタレがおいしい フリの照り焼き 〈先負〉 386kcal</p>	 <p>24 食べ応え満点!! 厚切りハムカツ 〈仏滅〉 355kcal</p>	 <p>25 サクップリッ えびカツ 〈大安〉 295kcal</p>	 <p>26 食べ応えのある 味噌とんかつ 〈赤口〉 176kcal</p>	 <p>27 カリッと美味しい! チキン竜田揚げ 〈先勝〉 443kcal</p>

<旬の食材:ごぼう>

ごぼうは、食物繊維が非常に豊富で、腸内環境を整える効果が期待できる冬野菜です。皮には、ポリフェノールが豊富に含まれているため、皮ごと食べることをおすすめします。よく洗って皮ごと食べることで、調理の手間も少し減ります。

○ごぼうの下処理方法

ごぼうの表面についている土や汚れは、くしゃっとさせたアルミホイルでごぼうの表面をこすることで、簡単に取ることができます。

※毎度お引き立てを賜り誠に有り難うございます。
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

