

# 9月の



# トモ弁

9月と言えば『十五夜』がありますね！  
 旧暦の8月15日を十五夜、中秋の名月と言います。秋の真ん中に出る満月のことを刺し、現在の暦では9月7日～10月8日までに出る満月のことをそう呼びます。お供えものをして、稲に見立てたススキを飾ります。もっともきれいに見える月を見ることと、豊作祈願や感謝をあらわすために行っていたそうです。  
 風が少し涼しく感じたりはしますが残暑の残る9月、季節の変わりめでもある為、体調を崩さぬよう気を付けていきましょう。

ご注文はこちらまで ☎ 0120-598-551  
 0598-60-0111



●ごはん(1人分250g=420kcal) ●ごはん大(1人分350g=588kcal)

<b>9/3</b> 月 エネルギー 456kcal 塩分 4.2g	味噌カツ	<b>9/4</b> 火 エネルギー 389kcal 塩分 2.8g	店長 おすすめ!! 山ちゃん唐揚げ & 中華盛り合わせ	<b>9/5</b> 水 エネルギー 378kcal 塩分 3.1g	鯖照り焼き & ピリ辛大判餃子	<b>9/6</b> 木 エネルギー 373kcal 塩分 2.4g	チーズinメンチ	<b>9/7</b> 金 エネルギー 415kcal 塩分 4.1g	牛肉と牛蒡の 時雨煮 & カレーコロッケ
<b>9/10</b> 月 エネルギー 433kcal 塩分 2.9g	甘辛チキン Good!	<b>9/11</b> 火 エネルギー 388kcal 塩分 2.8g	鯖塩焼き & 竹輪天麩羅	<b>9/12</b> 水 エネルギー 411kcal 塩分 3.1g	チキンステーキ & アジフライ	<b>9/13</b> 木 エネルギー 346kcal 塩分 2.5g	エビカツ & イカフライ	<b>9/14</b> 金 エネルギー 503kcal 塩分 2.9g	豚肉唐揚げ たっぷり野菜 あんかけ Good!
<b>9/17</b> 月 エネルギー 塩分	敬老の日	<b>9/18</b> 火 エネルギー 376kcal 塩分 3.4g	NEW 鯖竜田揚げ & オムそば	<b>9/19</b> 水 エネルギー 398kcal 塩分 2.8g	ブラックチキン	<b>9/20</b> 木 エネルギー 598kcal 塩分 4.5g	ハンバーグ & エビフライ	<b>9/21</b> 金 エネルギー 322kcal 塩分 2.9g	秋刀魚煮付け & チキンカツ
<b>9/24</b> 月 エネルギー 塩分	祝日	<b>9/25</b> 火 エネルギー 284kcal 塩分 2.9g	油淋鶏	<b>9/26</b> 水 エネルギー 415kcal 塩分 1.9g	焼きそば & 昔ながらのコロッケ Good!	<b>9/27</b> 木 エネルギー 500kcal 塩分 2.5g	鯖塩焼き & かき揚げ	<b>9/28</b> 金 エネルギー 322kcal 塩分 3.4g	照り焼きチキン