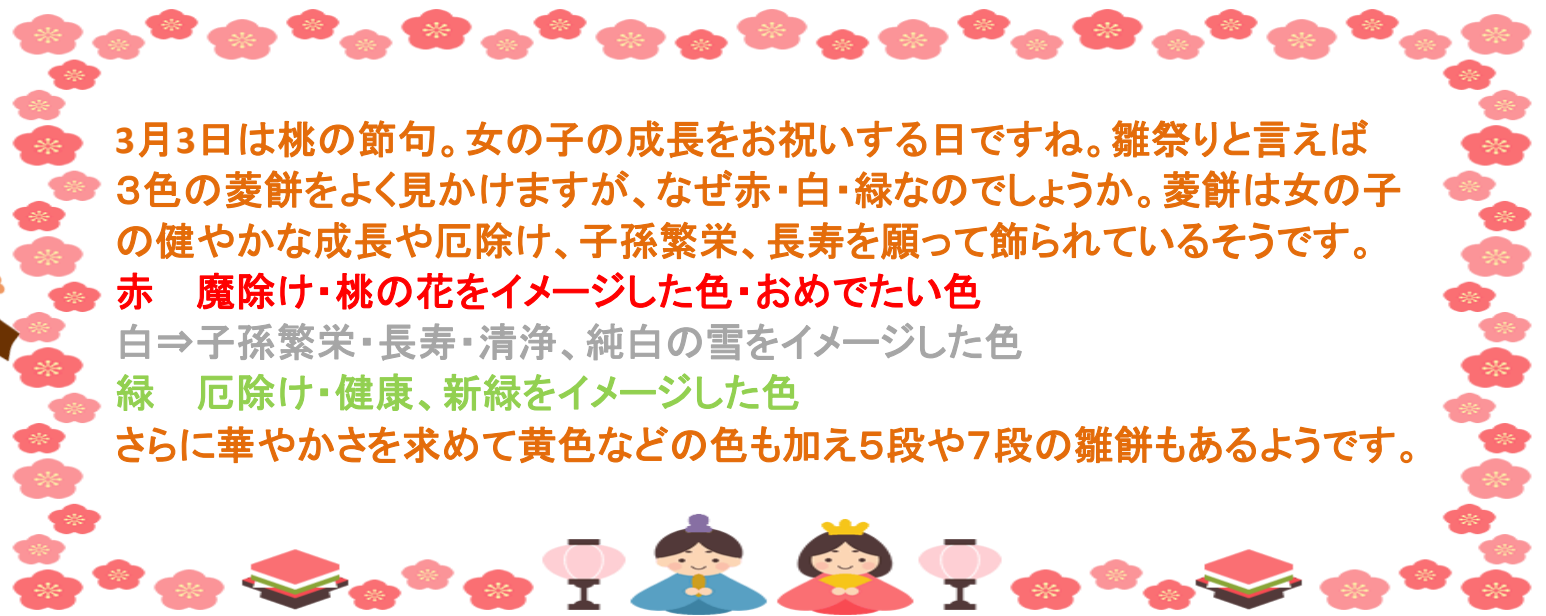


3月のトモ弁



3月3日は桃の節句。女の子の成長をお祝いする日ですね。雛祭りと言えば3色の菱餅をよく見かけますが、なぜ赤・白・緑なのでしょう。菱餅は女の子の健やかな成長や厄除け、子孫繁栄、長寿を願って飾られているそうです。
赤 魔除け・桃の花をイメージした色・おめでたい色
白⇒子孫繁栄・長寿・清浄、純白の雪をイメージした色
緑 厄除け・健康、新緑をイメージした色
 さらに華やかさを求めて黄色などの色も加え5段や7段の雛餅もあるようです。

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



3/1 金 **NEW**
 白身魚のたっぷり旬菜あんかけ
 エネルギー 326kcal
 塩分 3.1g

3/4 月 大きなハンバーグ エネルギー 413kcal 塩分 4.1g	3/5 火 照り焼きチキン & カレーオムレツ エネルギー 329kcal 塩分 2.7g	3/6 水 鯖の味噌煮 & チーズinメンチ エネルギー 349kcal 塩分 2.9g	3/7 木 牛肉と牛蒡時雨煮 & カレーコロッケ エネルギー 408kcal 塩分 3.2g	3/8 金 二色串カツ エネルギー 532kcal 塩分 4.3g
3/11 月 中華盛り合わせ エネルギー 472kcal 塩分 3.1g	3/12 火 鯖の西京焼き & かき揚げ エネルギー 332kcal 塩分 2.1g	3/13 水 味噌カツ エネルギー 455kcal 塩分 3.2g	3/14 木 秋刀魚の蒲焼 & スパニッシュオムレツ エネルギー 336kcal 塩分 3.9g	3/15 金 ペッパーマヨハンバーグ エネルギー 352kcal 塩分 2.2g
3/18 月 チキン南蛮 エネルギー 441kcal 塩分 2.6g	3/19 火 エビフライ & イカフライ エネルギー 374kcal 塩分 1.8g	3/20 水 鯖の煮付け & 南高梅チキンカツ エネルギー 399kcal 塩分 2.3g	3/21 木 休日	3/22 金 韓国のみ風味ササミフライ エネルギー 402kcal 塩分 2.4g
3/25 月 山ちゃん唐揚げ エネルギー 465kcal 塩分 3.1g	3/26 火 MIXグリル エネルギー 432kcal 塩分 3.2g	3/27 水 肉味噌豆腐 & 白身フライ エネルギー 395kcal 塩分 2.1g	3/28 木 厚切りメンチカツ エネルギー 334kcal 塩分 1.9g	3/29 金 豚カツ野菜卸ソース エネルギー 415kcal 塩分 1.9g

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

