

9月 トモ弁



今年の中秋の名月は9月13日(金)です。

昔は五穀豊穡を祝ってお供えものをする習慣がりましたが、現代ではお月見を楽しむ日となっています。

まだまだ暑い日が続きますが、夜は夜風が涼しくなってくる頃。たまにはゆっくりと月を眺めてみるのも良いですね。



9/2 月 エネルギー 411kcal 塩分 2.4g	味噌カツ	9/3 火 エネルギー 323kcal 塩分 2.9g	鶏天 野菜卸ソース	9/4 水 エネルギー 421kcal 塩分 3.0g	鯖照り焼き & 茄子肉詰めフライ	9/5 木 エネルギー 364kcal 塩分 3.0g	チーズ in メンチカツ	9/6 金 エネルギー 358kcal 塩分 2.5g	牛肉牛蒡時雨煮 & コロッケ
9/9 月 エネルギー 283kcal 塩分 1.7g	エビチリ春巻き & ごま団子	9/10 火 エネルギー 323kcal 塩分 2.3g	秋刀魚蒲焼き & 蓮根饅頭	9/11 水 エネルギー 378kcal 塩分 2.9g	NEW 鶏肉ネギ塩炒め & アジフライ	9/12 木 エネルギー 340kcal 塩分 2.8g	エビカツ & イカフライ	9/13 金 エネルギー 436kcal 塩分 2.8g	肉味噌豆腐 & 照り焼き ハンバーグ
9/16 月 	祝日	9/17 火 エネルギー 292kcal 塩分 3.6g	鯖竜田揚げ 卸ポン酢	9/18 水 エネルギー 510kcal 塩分 4.5g	豚カツ カレーあんかけ	9/19 木 エネルギー 362kcal 塩分 2.7g	エビフライ & ハンバーグ	9/20 金 エネルギー 311kcal 塩分 2.4g	鯖煮付け & チキンピカタ
9/23 月 	祝日	9/24 火 エネルギー 368kcal 塩分 2.1g	鶏肉 竜田揚げ	9/25 水 エネルギー 383kcal 塩分 2.8g	煮込み ハンバーグ	9/26 木 エネルギー 290kcal 塩分 3.1g	ワカサギ 南蛮漬け & かに玉	9/27 金 エネルギー 464kcal 塩分 1.6g	洋食屋さんの 厚切り メンチカツ
9/30 月 エネルギー 279kcal 塩分 3.9g	NEW 海鮮大判包み & じゃが芋お焼き								

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)