

MENU

10月

のメニュー

2018



料金:1食450円  
\*おかず1.5倍:1食550円  
配達時間:~12:00  
受付時間:前日営業日13:00迄

手作りあっとほーむ弁当  
~みのお味をお届けします~

箕面市外院3-7-35  
Tel072-730-6950 Fax072-730-6958

食品衛生上、当日14時頃までにお召し上がりください。

月	Monday	火	Tuesday	水	Wednesday	木	Thursday	金	Friday
1	<b>鶏のから揚げ弁当</b> ・ブロッコリーのツナ和え ・高野豆腐の煮物 400 kcal	<b>豚しゃぶ弁当</b> ・ごぼうの唐揚げ ・こんにゃくの甘辛煮 425 kcal	<b>鯖の西京焼き弁当</b> ・餃子サラダ ・もやしとお揚げのさっと煮 295 kcal	<b>チキン南蛮弁当</b> ・さんぴらごぼう ・海藻サラダ 423 kcal	<b>メンチカツ弁当</b> ・マカロニサラダ ・かぼちゃ煮 337 kcal				
8	<b>体育の日</b> 祝日のため休みます。	<b>ホキの甘酢あんかけ弁当</b> ・里芋と竹輪の煮物 ・枝豆しんじょう 344 kcal	<b>一口ヒレカツ弁当</b> ・ワチエ(ツナと野菜のトマト煮) ・オクラの和え物 417 kcal	<b>ハンバーグ弁当</b> ・パスタサラダ ・ひじき煮 449 kcal	<b>豚の生姜焼き弁当</b> ・さつま揚げとこんにゃくの金平 ・なます 425 kcal				
15	<b>牛すき煮弁当</b> ・竹輪の磯辺揚げ ・キャベツのピーナツ和え 482 kcal	<b>トンカツ弁当</b> ・田舎煮 ・ごま油香る豆腐サラダ 438 kcal	<b>鯖の塩焼き弁当</b> ・切り干し大根 ・蒸し焼売 365 kcal	<b>コロツケ弁当</b> ・彩りサラダ ・厚焼き玉子 398 kcal	<b>揚げ出し豆腐弁当</b> ・バンバンジーサラダ ・かぼちゃのそぼろ煮 382 kcal				
22	<b>八宝菜(えび・いか入り)弁当</b> ・中華くらげ和え ・揚げ餃子 355 kcal	<b>照り焼きチキン弁当</b> ・ハムサラダ ・白和え 428 kcal	<b>豚の青椒肉絲弁当</b> ・さっぱり春雨のツナマヨサラダ ・だし巻き玉子 395 kcal	<b>鮭のフライ(タルタルソース)弁当</b> ・和風サラダ ・厚揚げの煮物 443 kcal	<b>油淋鶏弁当</b> ・カニカマサラダ ・枝豆と豆腐のふんわり天 447 kcal				
29	<b>チキンカレー弁当</b> ・グリーンサラダ ・蓮根はさみ揚げ 396 kcal	<b>ハムカツ弁当</b> ・大根サラダ ・卵の花 365 kcal	<b>ハロウィン弁当</b> ・天ぷら(エビ、イカ、玉ねぎ) ・あっさりサラダ ・かぼちゃのいとこ煮 371 kcal	<b>《お願い》</b> ・食材の仕入れの関係上、予告なく一部メニューが変更になる場合がありますがご了承ください。 ・食品衛生上、当日14時頃までにお召し上がり下さい。 ・弁当容器の回収はしておりません。	<b>《カロリー表示について》</b> ・メニューに表示されているカロリーはおかずのみのものとなります。 ・またメニューに記載のない付け合せは表示に含まれていません。 ・大盛り(250g)420Kcal ・普通盛り(200g)336Kcal ・小盛り(150g)252Kcal				