

ヘルシーデリシャスランチ

300キロカロリー前後〔半ライス〕の塩分控えめで、手作りのおかずが多く、デザート付きのお弁当。
(ご飯は、半ライス160g・普通盛250gからお選びください。)

9月24日(月) ~ 10月6日(土)

予約制510円(本体473円消費税37円)

24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
秋分の日 振替休日	赤魚の唐揚げポン酢たれ ごぼうと梅生巻のきんぴら	チキンカツ南蛮 キャベツの和風トマト煮	白身魚の塩麹漬け焼き 揚げ出し豆腐	鶏の梅しそ照焼き 野菜炒め	ささしの金山寺味噌焼き 白菜とマロニーの炒め物
お休み	切干大根の煮物 プリン 惣菜 漬物 ごはん	ミモザサラダ よもぎ大福 惣菜 漬物 ごはん	めかぶのおかか和え 杏仁豆腐 惣菜 漬物 ごはん	豆たっぷり和風 ぶどう 惣菜 漬物 ごはん	ほうれん草とイカの酢味噌和え マンゴープリン 惣菜 漬物 ごはん

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
海鮮フライ	福岡名物水炊き風煮物(鶏)	豚肉のハヤシソース	キャベツメンチ	さばのみぞれ煮	筑前煮(鶏)
ポトフ	高菜入り焼うどん	三角揚げの和風タルタルソース添え	小松菜とエビの炒り煮	五目巾着の煮付け	おくらの磯辺揚げ
中華くらげの和え物 大学芋 惣菜 漬物 ごはん	明太ポテトサラダ 柿大福 惣菜 漬物 ごはん	なめ茸野菜和え まんじゅう 惣菜 漬物 ごはん	春雨サラダ フルーツあんみつ 惣菜 漬物 ごはん	大根柚子風味和え オレンジ 惣菜 漬物 ごはん	ほたてと野菜のサラダ たいやき 惣菜 漬物 ごはん

※ご注文は、前日までにお電話又はFAXでお願いいたします。

※当日の仕入れの都合でおかずが変更することもございますのでご了承ください。

※お召し上がりの昼食弁当は、食品衛生上午後2時までにお召し上がりください。

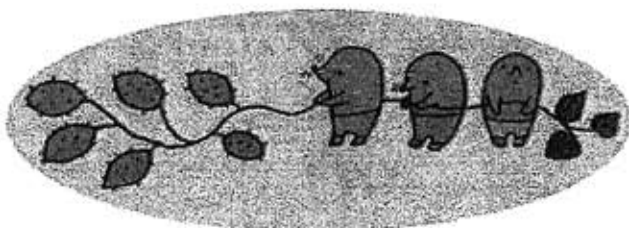
※空容器は次回お届けの際の回収となりますので、恐縮ではございますが「かるく水洗い」にご協力ください。

※電子レンジで温めますと、漬物の塩分で容器が焦げますし、また容器が変形してしまいますので、使用しないようお願いいたします。

当社HPのご案内

<http://www.emiyako.com/> もしくは、Yahoo!で『みやこ亭』と検索して下さい。

ご要望・お問い合わせ記入欄



お弁当のみやこ亭

TEL 03-3619-1150
FAX 03-3617-3817