

9/21~10/3 ヘルシーデリシャスランチ

9/21(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
お休みです	お休みです	豚肉と野菜のゆず胡椒風味 千草玉子とじ 南瓜とマカロニのサラダ フキカステラ 惣菜 漬物 ごはん	ぶり大根 はんぺんフライ ほうれん草のツナサラダ フキシュー 惣菜 漬物 ごはん	旨塩煮込み(豚) カニカマ天ぷら磯辺揚げ タラモサラダ(じゃが芋とたらこ) ぶどう 惣菜 漬物 ごはん	白身魚唐揚げ黒酢ソース 和風きのこスパゲティ ピリ辛きゅうりとごま昆布和え よもぎ大福 惣菜 漬物 ごはん
28日(月)	9/29日(火)	30日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)
焼豚と秋野菜のホホワイトソース エビとシノの実山菜和え 春菊とごぼうの甘辛和え ぶどう 惣菜 漬物 ごはん	三重県伊勢名物鰻のから揚げ玉子とじ 青梗菜ときこのこの炒り煮 ザーサイとネギのサラダ フルーツゼリー 惣菜 漬物 ごはん	カレールウ入りコロッケ 焼きビーフン 豚しゃぶサラダ 水まんじゅう 惣菜 漬物 ふりかけごはん	山形名物芋煮(牛) 白身天ぷら 野菜の金山寺味噌和え 大学芋 惣菜 漬物 ごはん	鶏のマスタード焼き トマトソースオムレツ キャベツと春菊のピーナツ和え やわらかようかん 惣菜 漬物 ごはん	かに玉 とうもろこしの香ばし揚げ 春雨梅サラダ まんじゅう 惣菜 漬物 ごはん

予約制
510円
(本体473円税37円)



ホームページはこちら

お弁当の
みやこ亭

ご注文は前日までにお電話またはFAXをお願いいたします。

当日の仕入れの都合でおかずが変更にな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、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たり、変形することがありますので使用しないようお願いいたします。

TEL 03-3619-1150

FAX 03-3617-3817

600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