

ココロもカラダもうれしい野菜たっぷり弁当。



ハイクラス

HI CLASS

アレルギー物質表示



予約制
510円 (内税)
本体473円/消費税37円



「健康を維持し、元気に過ごせる」よう、野菜をたっぷりとり入れております。美味しく食べて健やかな食生活をお送りください。

お弁当ご注文期間

03.26 月 ▶ **04.07** 土



東京都江戸川区平井7-14-9 (株)みやこ食品
ひばいぶみやこ亭

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

担当者

●食数の変更は、当日の午前9時10分まで打ちあらせていただきます。

※お弁当は1食あたりの白ごはんは390kcal(約230g)になります。※びあライブグループは、国産のお米を使用しております。ハイクラス弁当のエネルギー表示はごはんとおかずを別表記してあります。
※毎日お召し上がりの昼食弁当は、食品衛生上、午後1時までにお召し上がり下さい。※お届けの際、前日の空容器を回収いたしますので、夏期シーズンは特に「水洗い」にご協力下さい。
※木曜日までに申込書に食数を明記の上、担当係員にお渡し下さい。※当日の仕入の都合で内容の一部が変更になる場合がございますがご了承ください。※本誌記事および写真の無断転載を禁じます。

03.26 月

シーフードフライ(白身魚・エビ・イカ)

ふりかけごはん(鯖) 402kcal
おかずエネルギー 508kcal たんぱく質34.8g 脂質38.1g 炭水化物48.4g 塩分2.8g

03.27 火

豚肉のオイスターソース炒め & 餃子

人気メニュー!!
おかずエネルギー 396kcal たんぱく質23.4g 脂質21.6g 炭水化物28.5g 塩分3.5g

03.28 水

鯖(サバ)の味噌煮・甘酢肉団子

おかずエネルギー 434kcal たんぱく質23.9g 脂質16.0g 炭水化物48.7g 塩分5.0g

03.29 木

油淋鶏・オムレツのツナトマトソース

栄養士おすすめメニュー!!
おかずエネルギー 493kcal たんぱく質21.4g 脂質32.7g 炭水化物35.2g 塩分4.0g

03.30 金

豚肉の醤油麹焼 & 野菜天ぷら

おかずエネルギー 358kcal たんぱく質18.8g 脂質16.0g 炭水化物42.2g 塩分3.1g

03.31 土

海鮮 & 生揚げの西京味噌炒め・三角春巻

おかずエネルギー 320kcal たんぱく質13.2g 脂質11.9g 炭水化物40.7g 塩分4.3g

04.02 月

ハムカツ・オムレツ & イタリアンチキン

おかずエネルギー 600kcal たんぱく質23.7g 脂質38.5g 炭水化物40.8g 塩分4.4g

04.03 火

アジフライ & ヒレカツ・浅煎り入り塩だれ炒め

栄養士おすすめメニュー!!
おかずエネルギー 465kcal たんぱく質21.4g 脂質31.7g 炭水化物49.2g 塩分4.3g

04.04 水

ハンバーグのきのこ柚子だれ

人気メニュー!!
おかずエネルギー 468kcal たんぱく質22.9g 脂質22.8g 炭水化物45.4g 塩分4.0g

04.05 木

焼売2種の甘酢あん & チリとり唐揚

おかずエネルギー 539kcal たんぱく質20.0g 脂質26.4g 炭水化物59.6g 塩分4.6g

04.06 金

マスの塩麹焼

塩麹のせ海苔ごはん 363kcal
おかずエネルギー 411kcal たんぱく質22.2g 脂質22.9g 炭水化物30.9g 塩分3.9g

04.07 土

豚肉の山椒炒め・餃子

おかずエネルギー 427kcal たんぱく質24.2g 脂質24.6g 炭水化物27.5g 塩分4.4g

申込書	ハイクラス	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7
	ビーフカレー													
	焼きそば													

●お客様名 _____ ●コードNo. _____ ●TEL _____ ●ご担当者名 _____

※社では、お客様の個人情報(お名前・ご住所・電話番号等)を弊社業務(受注・配達業務等)以外の目的で使用することはありません。

一食からお届け!! 週間メニューになっておりますのでお電話ください。メニュー表をもって伺いさせていただきます。前週の木曜日までにお申し込みください。

ハイクラスの詳しい情報はこちらから
 ホームページ <http://www.dinnerservice.co.jp>
 携帯電話用 <http://www.dinnerservice.co.jp/mobile>
 モバイルサイトも是非ご覧ください ▶

