

2/3



土曜お昼のお楽しみ! 海鮮丸の特製鮭弁

2/10



2/17



2/24



※キャンセル・変更は前日お昼12時まで ※月曜日は、前週お昼12時まで

お届け時間 午後1時から午後5時

鮭弁お届け時間 午前10時から午前12時



MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT



9日は
鮭わかめご飯の日



13日は
彩り香の物ご飯の日



22日は
山菜おこわの日



26日は
五目ちらし寿司の日



1

313kcal

豚ロース肉のハニーマスタードソース
豆腐の梅風味サラダ・蒸しキャベツ・
青菜の中華炒め・おから・漬物

2

360kcal

マヨたまカツ
豚バラのケチャップ炒め・白菜の
コンソメ風味・チンゲン菜の
お浸し・南瓜サラダ・漬物



3

海鮮丸特製鮭弁
マグロ・ホタテ・サーモン・玉子・
甘エビ・イカ・トロピンチョウ・イカ
納豆



5

328kcal

鶏肉の照り焼きカレー風味
炒り豆腐・キャベツの黒胡椒炒め・
菜の花のお浸し・コーンコンソメ煮・
漬物

6

348kcal

ブリのガーリックパン粉焼き
小松菜とひじきの卵とじ・スパゲティ
ナポリタン・白菜ゆかり和え・
豆のごま和えサラダ・漬物



7

376kcal

メンチカツ
煮合わせ(高野豆腐・南瓜・椎茸)・
チンゲン菜生姜風味・もやしと蒸し
鶏の青しそ風味・おから・漬物の
生姜浸し

8

344kcal

ホキの黒酢あんかけ
鶏肉と野菜のバター風味ポン酢炒め・
和風スパゲティ・ザーサイとほうれん草の
和え物・切干大根・漬物の和え物



9

303kcal

鮭わかめご飯の日
牛肉すきやき風煮
すきやき風(突きコン・豆腐・白菜・椎茸)
助宗たらフライ・蒸しキャベツ・
マカロニポテトサラダ・煮豆・漬物



10

海鮮丸特製鮭弁
ばらちらし(マグロ・イカ・サーモン・
玉子・きゅうり・いくら)・天ぷら
そば(イカ・かぼちゃ)・つぼ漬



12

320kcal

サバの味噌煮
野菜の卵とじ・小松菜生姜風味・
もやしと海藻の酢漬け・落胡麻みそ
和え・漬物の生姜浸し



13

353kcal

豚ロース肉の生姜焼き
コロッケ・人参グラッセ・蒸しキャベツ・
チンゲン菜生姜風味・姫竹と竹輪の
酢味噌和え・角天と突きコンの中華
炒め・漬物

14

304kcal

メバルの照りマヨ風味
スパゲティミートソース・ブロッコリー・
白菜コンソメ風味・菜の花浸し・切干
大根・漬物



15

362kcal

鶏肉の唐揚げ
煮合わせ(がんも・筍・椎茸)・もやしの
黒胡椒炒め・ジャーマンポテト・
小松菜のゆかり和え・漬物

16

304kcal

タラの煮おろし
豚肉と野菜の炒め煮・和風スパゲティ・
チンゲン菜浸し・豆のごま和えサラダ・
漬物の和え物



17

海鮮丸特製鮭弁
マグロ・ホタテ・甘エビ・イカ・玉子・
メサバ・干瓢巻



19

310kcal

鶏肉の生姜風味照焼き
オムレツ・ブロッコリー・スパゲティ
ナポリタン・蒸しキャベツ・もやしと
ちくわの炒め物・小松菜のごま和え・
漬物

20

371kcal

ブリの柚子味噌焼き
肉団子のコンソメ風煮・菜の花生姜
風味・豆腐とひじきの炒り煮・南瓜
サラダ・漬物の生姜浸し

21

305kcal

肉餃子
豆腐ナゲット・アスパラ・焼きそば・
もやしの生姜風味・チンゲン菜と
コーンのごまサラダ・落つきコンの
煮物・漬物



22

303kcal

ホキ唐揚げの野菜あん
肉じゃが・白菜の生姜風味・小松菜
お浸し・切干大根・漬物の和え物

23

385kcal

ポークチャップ
コロッケ・金平牛蒡・焼売・菜の花
ソテー・マカロニポテトサラダ・
おから・漬物



24

海鮮丸特製鮭弁
握り(マグロ・イカ・甘エビ・玉子)・
稲荷・天ぷらそば(大エビ・かぼちゃ)・
つぼ漬



26

342kcal

天ぷら盛り合わせ
天ぷら(キス・カニカマ・舞茸)・かき揚げ
豆腐ハンバーグ・ほうれん草となめ茸の
和え物・切干大根・漬物



27

302kcal

鶏肉のネギポンがけ
巾着の含め煮・小松菜生姜風味・
白菜しお浸し・つきこんの中華風炒め・
漬物

28

309kcal

タラのチャンチャン焼き風
炒り豆腐・和風スパゲティ・菜の花の
お浸し・豆のごま和えサラダ・漬物の
生姜浸し



29

357kcal

韓国風豚のプルコギ
豆腐と茄子の甘酢あん・もやしの黒胡椒
炒め・青菜とちくわの胡麻ドレ和え・
コーンコンソメ煮・漬物の和え物

毎日の食事だから、安心して安全なお弁当。

食中毒防止ご協力のおねがい

- お弁当は、食品衛生上、配達当日20時までにお召し上がり下さい。
- お弁当は、直射日光にあたる場所や高温になる場所、湿度の高い場所を避け、冷蔵で保管してください。
- もし万が一、開蓋後、異臭・異変などが見られた場合は、即喫食を中止し、ご連絡下さい。

- ★材料の都合等により、一部献立の内容が変わる場合がございます。予めご了承をお願い致します。
- ★月～金のご飯の平均カロリーは284kcalです。メニューに表示のカロリーは、おかずのみのカロリーです。

丸悦海鮮丸 お食事宅配 宅食膳

受付時間 / 10:00~17:00(月~金) ※土日祝お休み
※店舗での申込受付は行っていません。 こんやのぼんごはん

☎011-784-5885