

8/2



8/9



8/23



8/30



※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

鮓弁お届け時間 午前10時から午前12時



MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

お休みのお知らせ

8月18日(月)の変更・キャンセルは、
8月12日(火)12時までに
ご連絡下さい。



《6日は
きのこバターご飯の日》



《12日は
サンマ生姜飯の日》



《18日は
シラスわかめご飯の日》



《29日は
五目ちらし寿司の日》



1

366kcal

豚肉のプルコギ風

揚げ豆腐と野菜の甘酢あん・もやしの
黒胡椒炒め・青菜とちくわのゴマドレ
和え・コーンコンソメ煮・漬物の生姜浸し



2

海鮮丸特製鮓弁

握り(マグロ・イカ・甘エビ・玉子・
たたきマグロ)・たぬきうどん
(天かす・わかめ・ねぎ)



4

297kcal

牛肉のすきやき風煮

すきやき風(牛肉・蒟蒻・豆腐・人参・白菜・椎茸)
コロッケ・ホウレン菜とコーンの
フレンチサラダ・煮豆・漬物の和え物

5

295kcal

ホキの中華風あんかけ

中華あん
豆腐と鶏肉の炒り煮・オクラの
お浸し・小松菜のごま和え・たまご
サラダ・漬物



6

247kcal

マスの照り焼き

白菜と角天の卵とじ・いんげんのゆかり
和え・海藻サラダの青じそ風味・
つきこんの中華風炒め・漬物



7

342kcal

エビクリームコロッケとハムカツ

豚肉と野菜の中華味噌炒め・
蒸しキャベツ・菜の花のおかか
和え・マカロニポテトサラダ・
漬物の和え物



8

351kcal

鶏肉のカレー風味照り焼き

高野豆腐のオランダ煮(人参・椎茸)・
もやしコンソメ風味・姫竹とちくわの
酢味噌和え・豆のごま和えサラダ・
漬物



9

海鮮丸特製鮓弁

マグロ・季節の白身・サーモン・
たたきマグロ・玉子・稲荷・干瓢巻



11

394kcal

豚ロースのスタミナとんてき

白身フライ・マカロニサラダ・
たまねぎソテー・白菜ゆかり和え・
切干大根・漬物



12

260kcal

鶏肉みそ焼き

キャベツのセリバター炒め・オクラ
浸し・こんにゃく甘辛煮・ほうれん草
なめ茸和え・漬物の和え物

13

休み

14

休み

15

休み

16

休み



18

315kcal

サバの味噌煮

鶏肉と野菜のバタポン炒め・
白菜生姜風味・小松菜浸し・焼売・
ひじきの煮物・漬物の生姜浸し



19

320kcal

豚しゃぶのみぞれあん

味噌おでん(人参・大根・生揚げ)・
茹かけし・ジャーマンポテト・薄
切りハム・切干大根・漬物



20

326kcal

天ぷら盛合せ

天ぷら(エビ・イカ・茄子・ししとう)
煮合わせ(肉団子・椎茸・人参)・
きゅうりの酢の物・たまごサラダ・
漬物の和え物



21

318kcal

鶏肉のわさび醤油焼き

ジャガイモの旨煮・キャベツの
黒胡椒炒め・豆腐の肉味噌かけ・
コーンコンソメ煮・漬物の生姜浸し



22

315kcal

デミハンバーグ

スクランブルエッグ・ポテトフライ
(青のり)・チンゲン菜浸し・豆の
ごま和えサラダ・漬物



23

海鮮丸特製鮓弁

マグロ・季節の白身・玉子・サーモン・
甘エビ・たたきマグロ・マグロ納豆巻



25

318kcal

とんかつ

豆腐の中華風味・小松菜生姜風味・
マカロニポテトサラダ・つきこんの
中華炒め・漬物

26

324kcal

ブリの山椒味噌焼き

豚肉と野菜の炒め物・もやし炒め・
菜の花浸し・豆のごま和えサラダ・
漬物



27

336kcal

鶏肉のスパイス焼き

コロッケ・菜の花ソテー・蒸しキャベツ・
豆腐とひじきの炒り煮・ミックス
ベジタブルコンソメ煮・漬物



28

243kcal

カレイの煮付け

ミートボール・小松菜生姜風味・
山菜の卵とじ・切干大根・漬物の
生姜浸し



29

320kcal

揚げ出し豆腐

揚げだし(豆腐・南瓜・茄子)
焼売・金平牛蒡・白菜ゆかり和え・
ほうれん草海苔和え・マカロニ
ポテトサラダ・漬物の和え物



30

海鮮丸特製鮓弁

握り(マグロ・季節の白身・甘エビ・
玉子)・稲荷・天ぷらそば(エビ・
ピーマン)

毎日の食事だから、安心で安全なお弁当。

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。

出前寿司 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おりません。 こんやのばんごはん

☎011-784-5885