

しおなす

手づくりの味

4月

- ごはんは、国産米を使用しています。
- 材料入手の関係で多少の変更をさせていただく場合もございます。
- 容器の回収が翌日になる場合もございますのでご了承ください。
- 弁当容器のまま電子レンジにかけないでください。

メルシー 390円(税込)

土・日・祝日はおまかせメニューです



1月 白身魚の天ぷら
熱量780kcal/蛋白質22g/脂肪18g/炭水化物129g/食塩3.1g



4月 イカの磯辺揚げ
熱量746kcal/蛋白質22g/脂肪16g/炭水化物125g/食塩2.6g



2月 豚焼き肉
熱量831kcal/蛋白質21g/脂肪22g/炭水化物130g/食塩3.6g



5月 メンチカツ
熱量805kcal/蛋白質18g/脂肪18g/炭水化物138g/食塩3.5g



3月 若鶏の竜田揚げ
熱量803kcal/蛋白質24g/脂肪22g/炭水化物122g/食塩3.1g



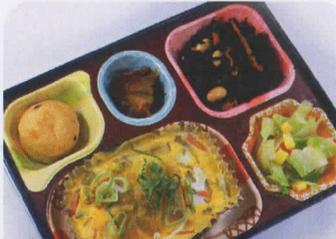
8月 ハンバーグケチャップソース
熱量839kcal/蛋白質22g/脂肪22g/炭水化物131g/食塩3.5g



9月 サバの竜田揚げ
熱量845kcal/蛋白質24g/脂肪25g/炭水化物126g/食塩2.8g



10月 若鶏の唐揚げ
熱量815kcal/蛋白質24g/脂肪22g/炭水化物125g/食塩2.5g



11月 豚カツ卵とし
熱量899kcal/蛋白質30g/脂肪27g/炭水化物128g/食塩3.1g



12月 ゴマ油香る塩じゃがコロッケ
熱量773kcal/蛋白質15g/脂肪19g/炭水化物133g/食塩2.8g



15月 アジフライ
熱量770kcal/蛋白質21g/脂肪19g/炭水化物119g/食塩3.2g



16月 八宝菜
熱量779kcal/蛋白質16g/脂肪21g/炭水化物127g/食塩2.7g



17月 豚カツ
熱量879kcal/蛋白質22g/脂肪27g/炭水化物133g/食塩3.5g



18月 白身魚の天ぷら
熱量773kcal/蛋白質23g/脂肪17g/炭水化物126g/食塩3.2g



19月 チキン南蛮
熱量865kcal/蛋白質26g/脂肪28g/炭水化物121g/食塩3.1g



22月 白身魚のゴマ揚げ
熱量763kcal/蛋白質19g/脂肪18g/炭水化物128g/食塩2.4g



23月 おろしハンバーグ
熱量809kcal/蛋白質21g/脂肪19g/炭水化物138g/食塩3.1g



24月 ササミの天ぷら
熱量857kcal/蛋白質33g/脂肪21g/炭水化物129g/食塩3.0g



25月 豚肉の生姜焼き
熱量748kcal/蛋白質21g/脂肪17g/炭水化物121g/食塩2.5g



26月 ベーコンマヨカツ
熱量836kcal/蛋白質24g/脂肪18g/炭水化物127g/食塩3.7g



30月 チーズインゲンチカツ
熱量786kcal/蛋白質17g/脂肪16g/炭水化物139g/食塩3.7g

サービスデー
だけのご御飯
23月 おろしハンバーグ

—お知らせ—
カレー弁当4/25(木)
期間限定販売終了いたします
夏期限定うどんセット
5/7(火)よりスタート!
日替り弁当4/30(火)~5/2(木)
通常通り販売いたします

サービスデー

おいしくお召し上がりいただくために…
● 昼食は配達日の午後1時までにお召し上がりください。
● 直射日光の当たる場所、極端に温度の高い場所、湿気の多いジメジメした場所に置かないでください。
● 陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。
● もし万が一開蓋後、異臭、異物等見られた時、即喫食を中止して当社にご連絡ください。

ご予約・お問い合わせは
お料理の
しおなす
株式会社 塩生センター
〒711-0934 倉敷市児島塩生2737-1
TEL086-475-0126
FAX086-475-1178
<https://shionasu.co.jp>