## 元気弁当 2025年11月

※普通盛りのご飯は「**386**kcal」 になります。



11/21スペシャルデー ※盛り付けイメージ

(有)吾妻弁当

TEL:0279-75-3082 FAX:0279-75-6109



他にも会議用や イベント用弁当など 詳しくはこちら

吾妻弁当検索サイド

1 土       おまかせ弁当         2 日       1 ・・・ 文 化 の 日・・・         3 月 ・・・ 文 化 の 日・・・       ビーフカレー いんげんのごま和え他 いんげんのごま和え他 いんげんのごま和え他 いんげんのごま和え他 いたげんのごま和え他 にら饅頭 他 にら饅頭 他 にら饅頭 他 にら饅頭 他 にら饅頭 他 ないがらにら饅頭 他 なりかりん干 揚げぎょうざ 他 メンマのペッパー炒め がんも煮他 がんも素他 がんも素他 がんも素他 がんも素他 かんしき 直腐焼き シューマイ 他 ちくがらごぼう ちくかのカレー風味天ぶら他 793kcal なんのカレー風味天ぶら 他 オース入りつくね ちくかのカレー風味天ぶら 他 できんびきごを まかえんこのナー・カー・フォムレツ ガロッコリーサラダ 他 カーフオムレツ ガロッコリーサラダ 他 ハンバーグトマトソース うずら串フライ れんこんと椎茸の炒り素 他 760kcal 14 金 ハンバーグトマトソース うずら串フライ れんこんと椎茸の炒り素 他		,	メイン	サイド	カロリー (ご飯を含む)
3 月	1	±	おまかせ		
4 火 イカフライ ビーフカレー いんげんのごま和え他 666kcal 照焼ハンバーグ いんげんのごま和え他 9 日	2	日			
4   火   照焼ハンバーグ   いんげんのごま和え他   861kcal   5   水   ソースカツ   月だくさんきんびら   にら饅頭 他   861kcal   13   木   ハンバーグトマトソース   りしゅうチュー   100kcal   14   金   ハンバーグトマトソース   りしゅう   100kcal   110kcal   110kcal	3	月	・・・・ 文 化 の 日 ・・・		
5 水       千草焼き       にら饅頭他       86 l Kcal         6 木       ソーセージカツ きばのみりん干 揚げぎょうざ他       659kcal         7 金       えびフライ 鶏塩じゃが がんも煮他       789kcal         8 土       おまかせ弁当       789kcal         9 日       サキンフライ かんも煮他       10 月 かんしき豆腐焼き シューマイ他       766kcal         11 火 かた込みご飯 か白身魚フライ チーズ入りつくね ちくわのカレー風味天ぷら他       793kcal       793kcal         12 水 ユーリンチー 厚焼きたまご 若竹煮他       おさりと白菜のとろみ煮 ガロッコリーサラダ他       794kcal         13 木 ハーフオムレツ ブリームシチュー       フリームシチュー       760kcal	4	火	- · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		666Kcal
6 木 さばのみりん干 揚げぎょうざ 他	5	水	* ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' '		861kcal
7 金 鶏塩じゃが がんも煮他 789kcal 8 ± おまかせ弁当  10 月 チキンフライ ホイコーロー ひじき豆腐焼き シューマイ他 シューマイ他 きんぴらごぼう 白身魚フライ チーズ入りつくね ちくわのカレー風味天ぷら他 793kcal 12 水 ユーリンチー 厚焼きたまご 若竹煮他 794kcal 13 木 牛肉コロッケ あさりと白菜のとろみ煮 ブロッコリーサラダ 他 ハンバーグトマトソース クリームシチュー 760kcal	6	木	_ , , , ,		659Kcal
9 日  10 月 チキンフライ ホイコーロー シューマイ他  11 火 <b>炊き込みご飯</b> きんぴらごぼう ちくわのカレー風味天ぷら他  12 水 ユーリンチー 厚焼きたまご 若竹煮 他  13 木 牛肉コロッケ かさりと白菜のとろみ煮 ブロッコリーサラダ 他  14 金 ハンバーグトマトソース クリームシチュー 760kcal	7	金		***************************************	789Kcal
10 月 チキンフライ ホイコーロー フルじき豆腐焼き シューマイ他 シューマイ他 シューマイ他 ちんぴらごぼう ちくわのカレー風味天ぷら他 フリンチー ア焼きたまご 若竹煮 他 おさりと白菜のとろみ煮 ブロッコリーサラダ 他 ハンバーグトマトソース クリームシチュー 760kcal	8	±	おまかせ弁当		
10 月   ひじき豆腐焼き   シューマイ他   11 火   <b>吹き込みご飯</b>   きんぴらごぼう   ちくわのカレー風味天ぷら 他   12 水   ユーリンチー	9	日			
12 水     中内       12 水     ユーリンチー 厚焼きたまご     カじきの煮物 若竹煮 他       13 木     中内コロッケ ハーフオムレツ     あさりと白菜のとろみ煮 ブロッコリーサラダ 他       14 金     ハンバーグトマトソース     クリームシチュー       794kcal       797       794kcal       794kcal       794kcal       797       794kcal       795cal       795cal	10	月			<b>766</b> Kcal
12   水   厚焼きたまご   若竹煮 他   794kcal	11	火			793Kcal
13   木	12	水	厚焼きたまご		794Kcal
4   金	13	木	ハーフオムレツ		567Kcal
	14	金		* *	760kcal

11月07	<b>スペシャルテーのメニューは</b>
	ロースとんかつ
	<u>&amp;</u>
	ビーフ/1ヤシ!

15 土

おまかせ弁当



		メイン	サイド	カロリー (ご飯を含む)
16	日			
17	月	ぼっかけフライ(ヰスシヒニムにゃく) あじの塩焼き	豚キムチ 竹の子といんげんの土佐煮 他	534kcal
18	火	かにクリームコロッケ ふっくらオムレツ	豚バラ大根 明太高菜ビーフン 他	653kcal
19	水	たっぷりコーンフライ 豚ロースの生姜焼き	麻婆豆腐 辛メンマもやし 他	610kcal
20	木	チーズメンチカツ 豆腐ハンバーグ	白菜と椎茸の中華煮 ごぼうとこんにゃくの炒り煮 他	567Kcal
21	金	ロースとんかつ ズペシャル! ビーフハヤシ <b>ミニフランク</b> 春雨サラダ 他		693Kcal
22	土	おまかせ弁当		
23	日	・・・ 勤 労 感 謝 の 日・・・		
24	月	・・・ 振 替 休 日 ・・・		
25	火	ジャーマンポテトフライ お好み焼き	八宝菜 さといもとちくわの煮物 他	633kcal
26	水	カツ煮 にら <b>饅</b> 頭	マカロニのシチュー煮 青菜のオイスター炒め 他	733Kcal
27	木	デミグラスハンバーグ オムレツ	あさりと豆腐のスンドゥブ ミニカレーコロッケ 他	674Kcal
28	金	骨付きフライドチキン シューマイ	大豆とひじきの炒め煮 いんげんとこんにゃくのピリ辛炒め 他	605kcal
29	±	おまかせ弁当		
30	日			

※弁当の容器のまま電子レンジで温めないでください。

※食材入手の都合により、メニューが変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。 ※お弁当は直射日光を避けて、涼しい場所に保管し当日の13時までにお召し上がりください。 ※当店では、国産米を使用しています。