



4/17(金) 食欲そそるスパイス  
タンドリーチキン 

本社営業所

敦賀営業所

TEL.0778-52-6660 TEL.0770-21-2770

FAX.0778-52-9088 FAX.0770-21-2779



あいランチ

国産米を使用 (米トレーサビリティ法に準じ表示)

**4月6日(月)**

★カレールーフライ

- ・青菜とがんもの煮物
- ・荀ツナサラダ
- ・インゲン玉ねぎ炒め

337kcal/たんぱく質10.7g 脂質17.3g  
炭水化物31.9g 食塩相当量3.2g

**4月7日(火)**

★鶏の味噌焼き **人気**

- ・白身フライ **メニュー**
- ・三角蒟蒻とちくわの煮物
- ・大豆サラダ

415kcal/たんぱく質22.7g 脂質19.3g  
炭水化物29.1g 食塩相当量3.4g

**4月8日(水)**

★メンチカツ卵ソースかけ

- ・ひじき煮
- ・ごぼうサラダ
- ・高菜ちくわ炒め

408kcal/たんぱく質12g 脂質22.2g  
炭水化物38g 食塩相当量4.4g

**4月9日(木)**

★厚揚げピリ辛そぼろあんかけ

- ・豚じゃが煮
- ・春雨サラダ
- ・メンマ炒め

360kcal/たんぱく質14.8g 脂質17.3g  
炭水化物33.8g 食塩相当量2.7g

**4月10日(金)**

★さんまの蒲焼き

- ・根菜煮
- ・スパゲティミートソースかけ
- ・きくらげの酢の物

342kcal/たんぱく質11.2g 脂質14.6g  
炭水化物42.5g 食塩相当量2.6g

**4月13日(月)**

★ハンバーグトマトソース

- ・切干大根煮 
- ・マカロニサラダ
- ・ひじきの酢の物

349kcal/たんぱく質14g 脂質15.3g  
炭水化物36.7g 食塩相当量3.6g

**4月14日(火)**

★野菜コロケック&かき揚げ

- ・ポークカレー
- ・ちくわのきんぴら
- ・小松菜の煮浸し

421kcal/たんぱく質13.1g 脂質20.5g  
炭水化物44.4g 食塩相当量3.6g

**4月15日(水)**

★さんまフライ

- ・高菜のスパソテー
- ・そぼろ大根の煮物
- ・蒟蒻のコーンサラダ

301kcal/たんぱく質11.2g 脂質13.7g  
炭水化物31.5g 食塩相当量3.2g

**4月16日(木)**

★ハムカツ

- ・ピーマン炒め
- ・ピピンパ炒め
- ・ナスの煮浸し

390kcal/たんぱく質9.4g 脂質22.1g  
炭水化物36.1g 食塩相当量3.7g

**4月17日(金) 39'sDay**

★タンドリーチキン **おすすめ**

- ・マカロニサラダ
- ・高野豆腐と三角蒟蒻の煮物
- ・チンゲン菜炒め

432kcal/たんぱく質29.1g 脂質22.3g  
炭水化物27.4g 食塩相当量4.1g

DHA  
の活性化  
豊富な食材

生活習慣病の  
予防食材

和風ランチ

国産米を使用 (米トレーサビリティ法に準じ表示)

**4月6日(月)**

★メバルの照焼き

- ・豚にくじゃが煮 
- ・荀ツナサラダ

215kcal/たんぱく質16.5g 脂質7.3g  
炭水化物18.4g 食塩相当量1.9g

**4月7日(火)**

★海老天&野菜かき揚げ

- ・蓮根のそぼろきんぴら
- ・大豆サラダ

348kcal/たんぱく質14.2g 脂質17.9g  
炭水化物30.5g 食塩相当量2.7g

**4月8日(水)**

★さわらの漬け焼き

- ・かぼちゃのそぼろあんかけ
- ・ごぼうサラダ

286kcal/たんぱく質17.9g 脂質11.4g  
炭水化物24g 食塩相当量2.2g

**4月9日(木)**

★鯖の味噌煮 **人気**

- ・すきやき風煮 **メニュー**
- ・春雨サラダ

333kcal/たんぱく質17.9g 脂質17.4g  
炭水化物23.8g 食塩相当量4.5g

**4月10日(金)**

★鶏の照り焼き **おすすめ**

- ・テリヤキソースかけ
- ・切干大根煮
- ・蒟蒻ピリ辛炒め

310kcal/たんぱく質14.8g 脂質14.4g  
炭水化物31g 食塩相当量5.6g

**4月13日(月)**

★タラの天ぷら

- ・ミニ厚揚げのそぼろあんかけ
- ・マカロニサラダ

364kcal/たんぱく質16.7g 脂質16.8g  
炭水化物34.6g 食塩相当量2.2g

**4月14日(火)**

★ホッケの塩焼き

- ・きんぴらごぼう
- ・豆サラダ

263kcal/たんぱく質20.3g 脂質12.6g  
炭水化物16.1g 食塩相当量2.3g

**4月15日(水)**

★豚ロースの味噌焼き

- ・ひじき大豆煮
- ・高菜としめじのスパソテー

361kcal/たんぱく質18.9g 脂質18.4g  
炭水化物28.9g 食塩相当量2.8g

**4月16日(木)**

★カラスガレイの照り焼き

- ・蓮根のきんぴら
- ・マカロニサラダ

364kcal/たんぱく質12.8g 脂質17.8g  
炭水化物14g 食塩相当量4.2g

**4月17日(金)**

★海老カツ

- ・豚肉と大根の煮物
- ・ナスの煮浸し

286kcal/たんぱく質19.7g 脂質10.3g  
炭水化物26.1g 食塩相当量2.2g

疲労回復食材

毎週土曜日は「おまかせメニュー」でお届けします。  
食材の都合によりメニューが変更する場合がございます。

数に限りがございますのでお早めにご注文下さい。食材の都合によりメニューが  
変更する場合がございます。毎週土曜日は、お休みです。

**スマイルパン** 164種類 3個セット(税込) 450円

・完全予約制・火曜日～全曜日・消費期限はお届けの日の翌日まで

<b>4/7(火)</b> 4/3(金) 12時締切り	<b>4/8(水)</b> 4/6(月) 12時締切り	<b>4/9(木)</b> 4/7(火) 12時締切り	<b>4/10(金)</b> 4/8(水) 12時締切り
・くるみファンペール ・メロンクリーム クワッサン ・バターステッキ	・チーズクワッサン ・いちごマーブル ・板チョコクルミ	・焼きカレーパン ・ラムレーズン ・おきつバターパン	・さくらあんパン ・コーンマヨパン ・シュガーデニッシュ
<b>4/14(火)</b> 4/10(金) 12時締切り	<b>4/15(水)</b> 4/13(月) 12時締切り	<b>4/16(木)</b> 4/14(火) 12時締切り	<b>4/17(金)</b> 4/15(水) 12時締切り
・明太チーズパン ・ダブルチョコデニッシュ ・大粒ピーナツロール	・ポテトウインナーピザ ・クワッサンクリーム ・塩はちみつパン	・さくらデニッシュ ・ガーリックチーズフランス ・メロンパン	・ウインナーマヨパン ・チョコひねり ・レーズンクリームロール

**WEB 注文限定企画**

完全予約制  
ソースとんかつ  
&  
エビフライ丼

**4/30(木)**  
注文締切  
4/20(月) 12時  
税込 600円

