



月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---

今月のおすすめメニュー



1 塩分 3.5g 368kcal 厚あげ入り 豚すき煮 彩りサラダ	2 塩分 4.1g 363kcal フライドチキン マーボー春雨 厚焼玉子の和風あんかけ	3 塩分 3.6g 369kcal 懐かしソースかけ ハンバーグ ナポリタンスパゲティ のり塩ポテト	4 塩分 4.8g 312kcal ハムカツ かぼちゃとがんもの煮物 もやし炒め	5 塩分 3.7g 366kcal カレーラビオリ お好み焼き ひじき五目煮	6 おまかせ弁当
8 塩分 3.6g 388kcal ビーフインコロッケ いかチリ 焼きそば	9 塩分 4.2g 393kcal ごま塩かき揚げ 肉団子の揚げ煮 切干大根煮	10 塩分 3.8g 365kcal 今月のおすすめ 紅ずわい蟹 ペースト入 クリームコロッケ & 白身魚フライ 揚げじゃが肉味噌炒め	11 塩分 3.3g 333kcal いかかつ たこ焼き和風あんかけ はるさめ野菜炒め	12 塩分 4.1g 385kcal マーボーソースかけ厚揚げ メンチカツ こんにゃく炒め煮	13 おまかせ弁当
15 塩分 3.5g 351kcal デミグラスハンバーグ かぼちゃそぼろあんかけ ブロッコリー入りペパロンチーノ	16 塩分 3.3g 336kcal 海鮮チヂミ チリソースかけ あじフライ 中華はるさめ	17 塩分 3.3g 419kcal 豚しょうが焼き 和風おろし竹輪天 高野豆腐含め煮	18 塩分 3.7g 367kcal フライドチキン & エビカツ イタリアンスパゲティ	19 塩分 4.0g 360kcal バターコーンコロッケ 照焼ミートボール 切干大根煮	20 おまかせ弁当
22 塩分 3.5g 415kcal 鶏からあげ & 春巻き ひじき五目煮	23 塩分 3.6g 348kcal 厚焼玉子入り 和風煮盛あわせ もやし中華餡かけ	24 塩分 3.9g 386kcal マーボー茄子 メンチカツ チャプチェ	25 塩分 4.1g 357kcal 照焼ハンバーグ 青のりコロッケ 和風スパゲティ	26 塩分 3.7g 422kcal 紅生姜入かき揚げ 白身魚フライ 厚揚げ肉味噌かけ	27 おまかせ弁当
29 塩分 3.8g 379kcal 今月のおすすめ さわらフライ ヤングコーン天おろしソースかけ 焼きそば	30 塩分 4.0g 356kcal えびかつ & ハムステーキ 切干大根煮				

食中毒防止ご協力をお願い

- お弁当は、食品衛生上、配達当日の午後1時までにお召し上がり下さい。
- お弁当は、直射日光の当たる場所や高温になる場所、湿度の高い場所を避け、風通しのよい場所で保管してください。
- もし万が一、開蓋後、臭異・異物・異変などが見られた場合は、喫食を中止し、ご連絡下さい。
- ★仕入れの関係で内容が変わる場合がございます。予めご了承の上、ご注文いただけますようお願いいたします。
- ★ご飯のカロリーは「312kcal」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。
- ★当店は米国産米を使用しております。



ジョイフルランチ <http://www.kishu1966.co.jp>  
ご注文・お問い合わせはこちらまで

Joyful Lunch since 1966

海南本社 073-482-6161  
和歌山 073-484-3322