

2月 2022

いろは弁当

栄養士おすすめ
調理長おすすめ

株式会社マルイチ
春日井営業所 春日井市細木町2丁目107番地
☎ 0568-33-0188 fax 0568-33-0479
守山営業所 名古屋市守山区脇田町1515番地
☎ 052-799-0211 fax 052-799-0730
HP : <http://www.maruichi-mf.co.jp/>

HPでもメニュー公開中♪



月	火	水	木	金	土
	1 チーズバーグ ~トマトソース~ 竹の子土佐煮 いんげん煮付 335Kcal	2 イカ揚げ煮 & 肉団子 大根金平風 青梗菜チャンプルー 254Kcal	3 カツ煮風 中華春雨 青菜の辛子和え 246Kcal	4 鱈 天婦羅 ~野菜あんかけ~ 明太子スパ 竹輪と水菜のサラダ 276Kcal	5 自分deカレーうどん カレーをお好みでうどん またはご飯にかけて お召し上がりください 312Kcal
7 鯖 七味焼 カレーコロッケ ツナ和風スパゲティ 372Kcal	8 トンテキ風 なます こんにやくと竹輪の味噌かけ 202Kcal	9 豚天ぷら 蓮根旨煮 マカロニサラダ 341Kcal	10 鶏からあげ ~甘酢あんかけ~ ポテトサラダ 半平と野菜の炊き合わせ 349Kcal	11 祝日 アジフライ ~タルタルソース~ 高野豆腐煮付 小松菜胡麻和え 296Kcal	12 ~トマトソース~ ロールキャベツ オムレツ・ウィンナー 春巻 大根煮付 347Kcal
14 ハンバーグ ~ホワイトソース~ 金平蓮根 ツナと若芽のわさびマヨ和え 355Kcal	15 さっぱり 梅チキンカツ 青菜炒め メンマ煮付 300Kcal	16 イカ磯辺揚げ 鶏つくね ペペロンチーノ 289Kcal	17 鯖 幽庵焼 焼売 ひじき煮付 246Kcal	18 野菜炒め & ミートコロッケ 中華もやし 蒟蒻ピリ辛煮 344Kcal	19 かに玉 ~チリソース~ 醤油焼きそば いわし磯辺フライ 318Kcal
21 ホッケ塩焼 春雨サラダ 高野豆腐玉子とじ 328Kcal	22 名古屋名物! みそかつ 煮なます 和風パスタ 331Kcal	23 祝日 豆腐ハンバーグ ~きのこソース~ 切干大根煮 おくら梅和え 336Kcal	24 大好評! 自分DEのり弁 白身フライ・竹輪天 金平牛蒡 佃煮 味付きのり 309Kcal	25 豚肉 カレー風味揚げ 糸切昆布煮 竹の子おかか煮 292Kcal	26 肉団子 甘酢あんかけ ふき煮付 白菜ゆず和え 317Kcal

28 **ハムカツ & お好み焼き**
さつま芋ごま天
分葱わさび醤油和え
313Kcal

マルイチ

<のり弁の食べ方>

ご飯の上に佃煮をのせます。その上からのりを巻いて食べてもよし、しばらく置いてしんなりしたところを食べてもよし、お好みでどうぞ!

ご質問に回答!

