6月 いろは弁当 2022

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
食中毒 食中毒の主な原因である細菌は、気候が暖かく湿気が多い梅雨から夏にかけて増殖が活発になります。 食肉に付着しやすい「腸管出血性大腸菌（O-157、O-111など）」や「カンピロバクター」食肉のほか卵にも付着する「サルモネラ」による食中毒の発生件数が目立ちます。		1　284 kcal **鯖立田揚** 南瓜煮 ささみ揚げ	2　306 kcal **塩焼きそば&かに玉** がんも煮付 こんにゃくピリ辛煮	3　333 kcal 手作りタルタルソース **サーモンフライ** 春雨中華和え れんこん炒め煮	4　343 kcal **鶏唐&春巻き** メンチカツ 水菜とわかめのわさびﾏﾖ
6　294 kcal **鯖幽庵焼** 肉団子 メンマ煮付	7　311 kcal **チキンカツ ピリ辛おろし** 花野菜サラダ イタリアンペンネ	8　303 kcal **イカ天&鶏天 チリソース** 切干大根煮付 小松菜ごま和え	9　319 kcal **冷やしうどん** 白菜ツナマヨ ミートコロッケ	10　270 kcal **豚ごま唐揚げ** 筑前煮 オクラ梅和え	11　347 kcal **若鶏デミソース** 金平ごぼう コーンたっぷりフライ
13　359 kcal **メンチカツ& あんかけスパ** ポテトサラダ ゴーヤチャンプルー	14　256 kcal ピリ辛みそダレ **鯖韓国風焼** マーボー春雨 ほうれん草ナムル	15　295 kcal **フライ盛り** 青菜お浸し 明太マカロニサラダ	16　249 kcal **鮭塩焼** 大根煮付 糸切昆布煮	17　349 kcal オリジナルソース **とんかつ** 梅じそスパゲティ 切干大根カレー炒め	18　306 kcal 天つゆ添え **海老天&かき揚げ** ふき炒め煮 ひじきサラダ
20　350 kcal 味付のり＆タルタルソース **のり弁** ちくわ天　白身フライ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ	21　380 kcal **ビビン麺** 牛肉コロッケ ほうれん草のサラダ	22　335 kcal **ハンバーグサルサソース** チキンカツ 山菜信田煮	23　296 kcal **豚天青海苔風味** 野菜炒め ペペロンチーノ	24　332 kcal ユーリンチー **油淋鶏** 春雨サラダ いんげん炒め煮	25　269 kcal **ホッケ塩焼** ごぼう炒り煮 チンゲン菜辛子和え
27　344 kcal **アジフライ** れんこん味噌煮 ﾊﾞｼﾞﾙ風味ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ	28　318 kcal **カレー風味鶏唐 春巻き** 青菜辛子和え マカロニサラダ	29　322 kcal 名古屋といえば **味噌カツ** えび焼売 ゴーヤサラダ	30　293 kcal **チーズインハンバーグ トマトソース** 明太スパゲティ タコキャベツカツ		

食中毒予防の原則

①つけない＝洗う！
食中毒の原因菌やウイルスを食べ物に付けないように必ず手を洗いましょう。

②増やさない＝低温で保存する！
細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になります。
菌を増やさないためには低温で保存することが重要です。

③やっつける＝加熱処理！
肉や魚，野菜なども加熱して食べれば安全です。
特に肉料理は中心までよく加熱することが大事です。

お弁当は衛生上、当日の午後1時迄にお召し上がりください。 食材の都合によりメニューの変更がある場合がございます。

Iroha lunch box