

2024

5月

ここ弁当

☆おすすめ食材

青梗菜は5月に一番出荷量が増える野菜であり、βカロテンや葉酸、ビタミンCなどのビタミンやカルシウム、カリウムなどのミネラルを多く含むおすすめ食材です。

おすすめ食材



月 火 水 木 金



1 サクッパッ
えびカツ
〈先勝〉 236kcal

☆調味料のさしすせそ
誰もが聞いたことがある調味料のさしすせそ。これは、調味料はさ(砂糖)→し(塩)→す(酢)→せ(しょうゆ)→そ(みそ)の順番に加えると美味しく仕上がる、といった料理知識です。なぜこの順番に入れるといいのか、ご存じの方は少ないのではないのでしょうか。これは、分子量の小さい調味料ほど食材への浸透が良いため、分子量の大きく浸透しにくい調味料から加えることが理由です。また、酢、しょうゆ、みその風味は揮発性であることから、風味をそこないように後から加えるのが良いとされています。ちょっとした知識で普段の料理がワンランクアップするかもしれませんね。



6 食べ応え満点!!
厚切りハムカツ
〈赤口〉 482kcal



7 サクサク食感
豚串カツ
〈先勝〉 294kcal



8 野菜が入った
野菜つくね
〈仏滅〉 398kcal



9 ご飯が進む
回鍋肉
〈大安〉 359kcal



10 ちょっと変わった
角型フィッシュフライ
〈赤口〉 345kcal



13 イカがゴロゴロ入った
イカメンチ
〈先負〉 409kcal



14 酢豚あんのかかった
肉団子
〈仏滅〉 364kcal



15 トマトソースのかかった
とんかつ
〈大安〉 299kcal



16 大人も大好き
エビフライ
〈赤口〉 309kcal



17 甘いタレがおいしい
ブリの照り焼き
〈先勝〉 319kcal



20 旨味が詰まった
ピーマン肉詰めフライ
〈仏滅〉 310kcal



21 ご飯が進む
サバの塩焼き
〈大安〉 357kcal



22 みんな大好き!!
ブラックカレーコロッケ
〈赤口〉 322kcal



23 ふわふわな
野菜とひじきの豆腐焼
〈先勝〉 402kcal



24 青のり香る
白身青のりフライ
〈友引〉 202kcal



27 洋食屋さんの
デミグラスコロッケ
〈大安〉 374kcal



28 焼鳥たれの
鶏ステーキ
〈赤口〉 342kcal



29 ポリューム満点
きのこソースハンバーグ
〈先勝〉 394kcal



30 ご飯が進む!
豚肉中華味噌炒め
〈友引〉 445kcal



31 ふわふわ
豆腐入りさつま揚げ
〈先負〉 230kcal

※毎度お引き立てを賜り誠に有り難うございます。
製造工程におきましては万全を期しておりますが、
昼食は午後1時までに喫食をお願いいたします。
また、仕入等の都合により一部メニューを変更する場合がございますのでご了承下さい。
※当社で使用しているお米は、全て国内産です。



ライスのエネルギーは
普通 380 kcal
大盛 465 kcal です

本社事業所：大府市桃山町1丁目81番地

0562-45-5300
0120-071-559