

ことぶき 弁当

月 火 水 木 金

【旬の食材:小松菜】

小松菜はβ-カロテン、ビタミンC、鉄分、カルシウムを豊富に含んでいて、とても栄養豊富な野菜です。ほうれん草であれば鉄分やカルシウムが豊富というイメージがある方も多いと思いますが、実は、小松菜のほうが鉄分とカルシウムを多く含んでいます。貧血気味の方やカルシウム不足が気になる方は、小松菜を食べるといいかもしれません。



 <p>6 大人も大好き エビフライ 〈赤口〉 601kcal</p>	 <p>7 身がホクホクな ビーフコロッケ 〈先勝〉 382kcal</p>	 <p>8 たれも旨い ソースチキンカツ 〈友引〉 327kcal</p>	 <p>9 食べ応えのある 厚切りハムカツ 〈先負〉 371kcal</p>	 <p>10 ポリュームのある ジューシーメンチカツ 〈仏滅〉 337kcal</p>
 <p>13 ポリュームー もちもちフライ(肉味増) 〈先勝〉 327kcal</p>	 <p>14 きのこソースのかかった ハンバーグ 〈友引〉 353kcal</p>	 <p>15 食べ応えのある 味噌とんかつ 〈先負〉 199kcal</p>	 <p>16 甘辛〜い 豚丼風煮 〈仏滅〉 304kcal</p>	 <p>17 ちょっと変わった 角型フィッシュフライ 〈大安〉 346kcal</p>
 <p>20 イカが入った イカメンチ 〈友引〉 293kcal</p>	 <p>21 大きなラビオリ おいしいよ 〈先負〉 393kcal</p>	 <p>22 和食の定番☆ あじフライ 〈仏滅〉 322kcal</p>	 <p>23 カリッと美味しい! チキン竜田揚げ 〈大安〉 393kcal</p>	 <p>24 箸が進む ジャーチャー麺 〈赤口〉 428kcal</p>
 <p>27 サクサクとした きたあかりコロッケ 〈先負〉 304kcal</p>	 <p>28 玉子のかかった エビフライ&イカフライ 〈仏滅〉 378kcal</p>	 <p>29 旨味たっぷり 白身フライ 〈先勝〉 388kcal</p>	 <p>30 ポリューム満点 デミグラスハンバーグ 〈友引〉 456kcal</p>	 <p>31 カニ風味の グラタンフライ 〈先負〉 333kcal</p>

※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