

2025

12月

ことぶき弁当

今月の
おすすめ!



5日(金) ドライカレーのかかったロースとんかつ

月

火

水

木

金



1 味噌が濃厚
味噌チキンカツ

<先負>

381kcal



2 和食の定番☆
あじフライ

<仏滅>

276kcal



3 ニンニクが効いた
ジャンボ揚げ餃子

<大安>

402kcal



4 香ばしい
あぶり焼きチキンステーキ

<赤口>

351kcal



5 ドライカレーのかかった
ロースとんかつ

<先勝>

179kcal



8 箸が進む
オニオンハンバーグ

<仏滅>

464kcal



9 和牛使用!
すき焼き風コロッケ

<大安>

372kcal



10 ジューシーな味わい
照焼チキン

<赤口>

330kcal



11 ご飯が進む
鮭の塩焼き

<先勝>

336kcal



12 身がホクホクな
ビーフコロッケ

<友引>

284kcal



15 洋食屋さんの
デミグラスコロッケ

<大安>

345kcal



16 身がしっかり!
シマホッケの塩焼き

<赤口>

428kcal



17 ねぎたれがかった
炭火焼きチキン

<先勝>

375kcal



18 箸が進む
ジャージャー麺

<友引>

345kcal



19 サクサク食感の
フライドチキン

<先負>

233kcal



22 大人も大好き
エビフライ

<先勝>

409kcal



23 食べ応えのある
味噌とんかつ

<友引>

192kcal



24 ベーコンがたっぷり入った
カレーフライ

<先負>

229kcal



25 骨なし!こだわりの
さわらの塩焼き

<仏滅>

226kcal



26 ご飯によく合う
チキン南蛮

<大安>

219kcal

<旬の食材: ごぼう>

ごぼうは原産地の中国から朝鮮半島を経由して薬草として渡来。日本で野菜として作物化された珍しい野菜です。世界中でも、野菜として食用にしている国はほとんどありませんが、日本では独特の香りと渋味あふれる素朴な味わいが、古くから愛されています。

ごぼうは、野菜の中でもトップクラスの食物繊維を含んでいます。食物繊維以外にも、強い抗酸化作用のあるタンニンなどポリフェノールが多く含まれているため、風邪予防やアンチエイジングなどに効果があります。ほかにも高血圧予防によいとされるカリウムや、貧血予防によいとされる葉酸も含まれています。

きんぴらや煮物、かき揚げにするほか、炊き込みご飯や豚汁など汁物に入れると風味が活きます。茹でてサラダにしても美味しいです。切り口が空気に入ふると色が変わってしまうので、切ったらすぐに水にさらしましょう。ぜひ、この機会に味わってみてください。

※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

