

1個から無料配達



安心・安全・ハルシー。お家で手作りのお弁当をお届けします。

日替わり弁当

管理栄養士が考えた

父の日にちなんで
今月のプレミアムメニュー

牛ハラミカツ・オニオンソース

粗挽き照り焼き鶏つくね

高菜おろし和え

～なめろう味仕立て～

黒糖饅頭

疲れを癒す!

父の日のメニューは、お父さんが好きそうなかつり系やつまみ系のメニューをご用意。メインは、牛ハラミカツに、玉葱と和えソースを入れたソースをかけたもの。サブメニューは、おろし焼き鶏つくねと、きゅうり・こんにゃくを高菜とおろしソースで和えたもので、こちらもお酒と一緒に美味しくいただけます。プレミアムメニューは、ミネラル等の栄養が豊富で、疲労回復効果もあつとされている黒糖を使用した、黒糖饅頭です。

14日 Premium



今月のおすすめメニュー

横浜開港記念日にちなんで

1859年6月2日は、横浜港が開港した日。それにちなんでこの日は、横浜に関わりの深いメニューを揃えました。メインは中華街をイメージしたおなじみの油淋鶏。副菜は麻婆あんをかけた揚げ餃子。デザートはマンゴープリン風のクリームを巻いたロールケーキです。サブメニューは、横浜発祥のサンマーメンを合鴨と豆腐麺でアレンジ。サラダは、枝豆やコーンなどの夏野菜を梅ダレで和え、旬を感じる1品にしました。



Premium 4日

中華街マンゴープリン風！
西通りプリンのロールケーキ

旬の夏野菜と梅のさっぱりサラダ

野菜たっぷり餃子・麻婆あん

横浜発祥！サンマーメンを豆腐麺で

横浜中華街気分を！
油淋鶏

★ Special 6日

瀬戸内レモンと3種ハーブ風味のカジキカツ
瀬戸内レモン果汁の風味と3種のハーブ(パセリ・バジル・オレガノ)の爽やかな香りがカジキの旨味を引き立て、初夏らしい味わいのカツです。

とろーりエッグハンバーグ・カレーソース
とろーり卵黄ソースが入ったハンバーグと、14種スパイスを使用したカレーソースとの組み合わせは、子供から大人まで大好きな味です♪

★ Special 18日

7品目具材入り豆腐ハンバーグ・和風あん
豆腐に含まれるたんぱく質・カルシウム・鉄・食物繊維・イソフラボンなどの栄養素と、枝豆やきくらげなど7品目の栄養が一度に摂れるハンバーグに、和風あんをかけてご飯に合う一品に。

鶏もも唐揚げピリ辛香味ネギだれ
唐揚げに、ネギたっぷりしょうゆベースのピリ辛香味だれを絡めました。ごま油の風味が食欲をそそります!

イタリアンフェア 20日

“美食の国イタリア”の料理を、お弁当で再現!
鱈のアクアパッツァ風
アクアパッツァは、あさりをはじめとした魚介類をトマトとオリーブオイルで煮込んだナポリ料理です。今回は、あざりとアンチョビオイルが入ったソースを鱈にかけ、旨味たっぷりのアクアパッツァ風に仕上げました。

チキンフリッター・ジェノベーゼ風ソース
イタリア発祥の「ジェノベーゼソース」を、マヨネーズに粉バジル・ピーナッツを加えてアレンジしました。サクサクのチキンフリッターとの相性は抜群!!



日替わりデラックス弁当 500円(税込)
日替わりのおかず5品
カロリー目安750kcal

ご飯大盛り無料



入賞
賞状・賞状額
2018

日替わりヘルシー弁当 400円(税込)
日替わりのおかず5品
カロリー目安550kcal

ご注文はこちらから

1個から無料配達

オフィス、施設、お店などへお届けします。

豊平のお弁当 宅配弁当 そらいろ

〒062-0020 北海道札幌市豊平区月寒中央通 10-1-15

FAX 011-376-5364 【お届け日前日 10:00 まで】

TEL 011-376-5363 【お届け日前日 10:00 まで】

https://sorairo.online/

※締切時間前後はお電話が大変混み合いますので、前日またはなるべくお早めの時間までにご注文をお願いいたします。

【注意】ご好評により、締切時間前に完売する事もございます。予めご了承ください。

- ・すべてのお弁当に卵焼き、お漬物がつきます。
- ・会議等のお弁当、オードブルも承ります。内容、価格などお気軽にご相談ください。
- ※仕入れの都合により、3日前までのご注文をお願いします。
- ・メニューの一部が予告なく変更になる場合がございます。
- ※衛生面には注意していますが、配達後は涼しい所に置き、当日 14:00 までにお召し上がりください。
- ※お弁当容器は電子レンジに対応しています。

6月 日替わりメニュー

管理栄養士が考えた

2024
June

月	火	水	木	金																																																																											
<p>3</p>  <p>チキン竜田・チリソース 肉団子ときのこの旨辛チャプチェ 新鮮野菜と豆腐のちぎり揚げ 切干大根煮 ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 479kcal</td><td>13.1g</td><td>13.5g</td><td>74.4g</td><td>2.2g</td></tr> <tr><td>デラックス 695kcal</td><td>19.9g</td><td>20.1g</td><td>106.2g</td><td>3.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 479kcal	13.1g	13.5g	74.4g	2.2g	デラックス 695kcal	19.9g	20.1g	106.2g	3.1g	<p>4 Premium 横浜開港記念日 にちなんで</p>  <p>中華 横浜中華街気分を! 油淋鶏(ユウリンチー) 横浜発祥! サンマーマンを豆腐麺で 野菜たっぷり餃子・麻婆あん 旬の夏野菜と梅のさっぱりサラダ 中華街マンゴープリン風! 西通りプリンのロールケーキ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 527kcal</td><td>15.2g</td><td>16.6g</td><td>73.6g</td><td>2.2g</td></tr> <tr><td>デラックス 794kcal</td><td>24.1g</td><td>28.7g</td><td>101.7g</td><td>3.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 527kcal	15.2g	16.6g	73.6g	2.2g	デラックス 794kcal	24.1g	28.7g	101.7g	3.2g	<p>5 夏メニュー</p>  <p>豚しゃぶの明太おろしダレ お楽しみの1品 ごぼうとチンゲン菜の生姜炒め ブロッコリーと人参のマスタードマリネ ひじきとアボカドの黒胡麻サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 429kcal</td><td>10.1g</td><td>11.9g</td><td>69.8g</td><td>1.4g</td></tr> <tr><td>デラックス 649kcal</td><td>15.3g</td><td>20.1g</td><td>100.5g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 429kcal	10.1g	11.9g	69.8g	1.4g	デラックス 649kcal	15.3g	20.1g	100.5g	2.0g	<p>6 Special</p>  <p>とろーりエッグハンバーグ・カレーソース 瀬戸内レモンと3種ハーブ風味のカジキカツ きのこの山椒炒め マッシュさつま芋のおかか和え カニカマとぎゅうりの中華ごまサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 473kcal</td><td>12.4g</td><td>13.4g</td><td>74.0g</td><td>1.6g</td></tr> <tr><td>デラックス 729kcal</td><td>19.7g</td><td>24.4g</td><td>104.7g</td><td>2.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 473kcal	12.4g	13.4g	74.0g	1.6g	デラックス 729kcal	19.7g	24.4g	104.7g	2.4g	<p>7</p>  <p>海老カツ・オーロラソース 鶏肉の八幡巻(やわたまき)とほくほく大根の含め煮 わかめとネギのサクサク醤油炒め おまかせの副菜 小松菜とお豆腐のサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 465kcal</td><td>13.6g</td><td>13.5g</td><td>70.5g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>デラックス 687kcal</td><td>19.9g</td><td>20.7g</td><td>102.8g</td><td>3.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 465kcal	13.6g	13.5g	70.5g	2.3g	デラックス 687kcal	19.9g	20.7g	102.8g	3.2g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 479kcal	13.1g	13.5g	74.4g	2.2g																																																																											
デラックス 695kcal	19.9g	20.1g	106.2g	3.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 527kcal	15.2g	16.6g	73.6g	2.2g																																																																											
デラックス 794kcal	24.1g	28.7g	101.7g	3.2g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 429kcal	10.1g	11.9g	69.8g	1.4g																																																																											
デラックス 649kcal	15.3g	20.1g	100.5g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 473kcal	12.4g	13.4g	74.0g	1.6g																																																																											
デラックス 729kcal	19.7g	24.4g	104.7g	2.4g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 465kcal	13.6g	13.5g	70.5g	2.3g																																																																											
デラックス 687kcal	19.9g	20.7g	102.8g	3.2g																																																																											
<p>10 大人気</p>  <p>宮崎県 宮崎郷土料理チキン南蛮風・タルタル添え 国産真鯛入りふわふわつみれ・ゆずあんかけ ツナとブロッコリーのコンソメ煮 白菜漬けのピリ辛ナムル オクラと山芋のポン酢ジュレ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 479kcal</td><td>12.9g</td><td>14.6g</td><td>67.0g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>デラックス 724kcal</td><td>20.7g</td><td>27.1g</td><td>96.9g</td><td>3.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 479kcal	12.9g	14.6g	67.0g	2.3g	デラックス 724kcal	20.7g	27.1g	96.9g	3.4g	<p>11 中華</p>  <p>海老のチリソース・野菜添え 合鴨となすのさっぱり黒酢ダレ 切干大根と小松菜の中華炒め 大豆とコーンのシーザードレッシング マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 491kcal</td><td>11.5g</td><td>14.8g</td><td>73.9g</td><td>1.7g</td></tr> <tr><td>デラックス 685kcal</td><td>15.7g</td><td>20.6g</td><td>102.0g</td><td>2.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 491kcal	11.5g	14.8g	73.9g	1.7g	デラックス 685kcal	15.7g	20.6g	102.0g	2.3g	<p>12 リコピン</p>  <p>チキンと彩り野菜の完熟トマト煮込み 磯の香広がる裏切らない旨さ白身魚フライ スナップエンドウとパプリカの柚子胡椒炒め ひじき煮 国産広島島のしぼ漬けと花野菜のサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 442kcal</td><td>14.9g</td><td>10.2g</td><td>71.0g</td><td>1.8g</td></tr> <tr><td>デラックス 628kcal</td><td>21.9g</td><td>15.3g</td><td>98.9g</td><td>2.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 442kcal	14.9g	10.2g	71.0g	1.8g	デラックス 628kcal	21.9g	15.3g	98.9g	2.3g	<p>13</p>  <p>ビーマン肉詰めフライ 海老とれんこんの落とし揚げ・お出汁あん 鮭と彩り野菜のチャプチェ 芋づるとぜんまいの和風煮 店主おすすめサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 470kcal</td><td>11.5g</td><td>13.6g</td><td>73.0g</td><td>1.7g</td></tr> <tr><td>デラックス 715kcal</td><td>17.0g</td><td>22.9g</td><td>107.2g</td><td>2.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 470kcal	11.5g	13.6g	73.0g	1.7g	デラックス 715kcal	17.0g	22.9g	107.2g	2.4g	<p>14 Premium 父の日に ちなんで</p>  <p>牛ハラミカツ・オニオンマスタードソース 鰻(あじ)竜田～なめろう味噌仕立て～ 粗挽き照り焼き鶏つくね きゅうりとサラダごんにやくの高菜おろし和え 疲れを癒す! 黒糖饅頭</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 461kcal</td><td>11.4g</td><td>12.2g</td><td>71.2g</td><td>1.8g</td></tr> <tr><td>デラックス 822kcal</td><td>23.6g</td><td>29.1g</td><td>112.1g</td><td>2.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 461kcal	11.4g	12.2g	71.2g	1.8g	デラックス 822kcal	23.6g	29.1g	112.1g	2.2g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 479kcal	12.9g	14.6g	67.0g	2.3g																																																																											
デラックス 724kcal	20.7g	27.1g	96.9g	3.4g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 491kcal	11.5g	14.8g	73.9g	1.7g																																																																											
デラックス 685kcal	15.7g	20.6g	102.0g	2.3g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 442kcal	14.9g	10.2g	71.0g	1.8g																																																																											
デラックス 628kcal	21.9g	15.3g	98.9g	2.3g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 470kcal	11.5g	13.6g	73.0g	1.7g																																																																											
デラックス 715kcal	17.0g	22.9g	107.2g	2.4g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 461kcal	11.4g	12.2g	71.2g	1.8g																																																																											
デラックス 822kcal	23.6g	29.1g	112.1g	2.2g																																																																											
<p>17 イチオシ</p>  <p>甘辛豚とナッツのオイスター炒め エビイカ海鮮カツ・塩だれ 銚子名物カレーボール キャベツとコーンの黒胡麻和え チリポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 452kcal</td><td>12.5g</td><td>12.1g</td><td>72.3g</td><td>2.0g</td></tr> <tr><td>デラックス 667kcal</td><td>15.0g</td><td>19.1g</td><td>103.3g</td><td>2.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 452kcal	12.5g	12.1g	72.3g	2.0g	デラックス 667kcal	15.0g	19.1g	103.3g	2.9g	<p>18 Special</p>  <p>鶏もも唐揚げピリ辛ネギだれ 7品目具材入り豆腐ハンバーグ・和風あん 花がんもの煮物 きのこ昆布の生姜佃煮風 白菜漬と人参のもろみ醤油サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 482kcal</td><td>12.5g</td><td>17.2g</td><td>67.5g</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>デラックス 850kcal</td><td>23.0g</td><td>37.8g</td><td>101.9g</td><td>3.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 482kcal	12.5g	17.2g	67.5g	2.1g	デラックス 850kcal	23.0g	37.8g	101.9g	3.2g	<p>19 14種類の スパイス</p>  <p>14種スパイスの欧風ビーフカレー煮込み ごろっと枝豆コロッケ 春キャベツの練り天 大豆ときゅうりのアンチョビ和え 店主おすすめ1品</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 447kcal</td><td>12.6g</td><td>10.2g</td><td>73.4g</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>デラックス 657kcal</td><td>16.8g</td><td>16.7g</td><td>105.2g</td><td>2.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 447kcal	12.6g	10.2g	73.4g	2.1g	デラックス 657kcal	16.8g	16.7g	105.2g	2.8g	<p>20 イタリアンフェア</p>  <p>チキンフリッター・ジェノベーゼ風ソース 鱈(たら)のアクアパッツァ風 カボナータ～夏野菜のトマト煮込み～ ニョッキでイタリアン風～チーズクリームソース～ 紅芯大根と人参のレモンマリネ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 470kcal</td><td>14.5g</td><td>12.7g</td><td>72.4g</td><td>1.5g</td></tr> <tr><td>デラックス 697kcal</td><td>24.1g</td><td>21.4g</td><td>99.0g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 470kcal	14.5g	12.7g	72.4g	1.5g	デラックス 697kcal	24.1g	21.4g	99.0g	2.1g	<p>21</p>  <p>オマール海老のビスコ風コロッケ さっぱり大葉入り鶏つみれ・照焼きソース 竹の子とパプリカの生姜炒め 切干大根煮 豆もやしとインゲンの中華サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 462kcal</td><td>11.7g</td><td>15.1g</td><td>81.3g</td><td>1.9g</td></tr> <tr><td>デラックス 750kcal</td><td>17.8g</td><td>26.9g</td><td>106.3g</td><td>2.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 462kcal	11.7g	15.1g	81.3g	1.9g	デラックス 750kcal	17.8g	26.9g	106.3g	2.5g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 452kcal	12.5g	12.1g	72.3g	2.0g																																																																											
デラックス 667kcal	15.0g	19.1g	103.3g	2.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 482kcal	12.5g	17.2g	67.5g	2.1g																																																																											
デラックス 850kcal	23.0g	37.8g	101.9g	3.2g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 447kcal	12.6g	10.2g	73.4g	2.1g																																																																											
デラックス 657kcal	16.8g	16.7g	105.2g	2.8g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 470kcal	14.5g	12.7g	72.4g	1.5g																																																																											
デラックス 697kcal	24.1g	21.4g	99.0g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 462kcal	11.7g	15.1g	81.3g	1.9g																																																																											
デラックス 750kcal	17.8g	26.9g	106.3g	2.5g																																																																											
<p>24</p>  <p>粗挽き肉ハンバーグ・BBQソース お楽しみの揚げ物 高菜入り! チンゲン菜のオイスター炒め わかめとネギのやみつきナムル マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 482kcal</td><td>12.5g</td><td>15.6g</td><td>71.3g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>デラックス 709kcal</td><td>19.8g</td><td>23.2g</td><td>102.5g</td><td>3.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 482kcal	12.5g	15.6g	71.3g	2.3g	デラックス 709kcal	19.8g	23.2g	102.5g	3.1g	<p>25</p>  <p>牛すじ入りユッケジャン風スープ煮 白身魚フライ・柚子胡椒風味 ちくわ磯辺揚げ Wコーンのクリーム煮 4色お豆とかぼちゃのサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 420kcal</td><td>11.2g</td><td>8.6g</td><td>73.1g</td><td>1.6g</td></tr> <tr><td>デラックス 591kcal</td><td>16.3g</td><td>12.8g</td><td>100.6g</td><td>2.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 420kcal	11.2g	8.6g	73.1g	1.6g	デラックス 591kcal	16.3g	12.8g	100.6g	2.4g	<p>26</p>  <p>ビーフ入りハンバーグ・和風オニオン 鰻(あじ)大葉フライ きんぴら連根 おまかせの副菜 切干大根ときゅうりの3種チーズのシーザーサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 447kcal</td><td>13.9g</td><td>12.8g</td><td>71.5g</td><td>1.6g</td></tr> <tr><td>デラックス 709kcal</td><td>23.0g</td><td>22.1g</td><td>102.3g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 447kcal	13.9g	12.8g	71.5g	1.6g	デラックス 709kcal	23.0g	22.1g	102.3g	2.1g	<p>27 みんな大好き</p>  <p>黒酢の酢豚 合鴨と彩り野菜のマッシュ里芋おかず レモン醤油ダレでさっぱり野菜餃子 ひじき煮 ごぼうと小松菜の梅味噌サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 461kcal</td><td>11.4g</td><td>12.2g</td><td>71.2g</td><td>1.8g</td></tr> <tr><td>デラックス 651kcal</td><td>15.8g</td><td>18.2g</td><td>98.2g</td><td>2.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 461kcal	11.4g	12.2g	71.2g	1.8g	デラックス 651kcal	15.8g	18.2g	98.2g	2.5g	<p>28</p>  <p>お肉屋さんのビーフ入りメンチカツ 豚タンのネギ味噌炒め タク入り! 海鮮チヂミ 京風卵の花～おからと野菜煮～ かぶと高菜のごまサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ヘルシー 470kcal</td><td>12.4g</td><td>13.8g</td><td>72.5g</td><td>1.7g</td></tr> <tr><td>デラックス 662kcal</td><td>18.7g</td><td>18.6g</td><td>103.2g</td><td>2.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ヘルシー 470kcal	12.4g	13.8g	72.5g	1.7g	デラックス 662kcal	18.7g	18.6g	103.2g	2.4g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 482kcal	12.5g	15.6g	71.3g	2.3g																																																																											
デラックス 709kcal	19.8g	23.2g	102.5g	3.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 420kcal	11.2g	8.6g	73.1g	1.6g																																																																											
デラックス 591kcal	16.3g	12.8g	100.6g	2.4g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 447kcal	13.9g	12.8g	71.5g	1.6g																																																																											
デラックス 709kcal	23.0g	22.1g	102.3g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 461kcal	11.4g	12.2g	71.2g	1.8g																																																																											
デラックス 651kcal	15.8g	18.2g	98.2g	2.5g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ヘルシー 470kcal	12.4g	13.8g	72.5g	1.7g																																																																											
デラックス 662kcal	18.7g	18.6g	103.2g	2.4g																																																																											

▶▶▶ 肉Week!

◎マークは写真で紹介しているメニューです。

厳選国産
十六穀ご飯
使用



日替わり デラックス弁当

日替わりのおかず5品
カロリー目安750kcal



日替わり ヘルシー弁当

日替わりのおかず5品
カロリー目安550kcal

Premium

季節にちなんだプレミアムなメニュー。
デザート付きです。

Special

魅力的なおかずを盛り込んだ
スペシャルメニューです。

※写真はイメージです。 ※記載されているカロリー、栄養成分の値は弁当一個分ですが、あくまでも目安です。栄養素の摂取量を保証するものではありません。 ※当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしていません。ご了承ください。 ※仕入れの状況により、予告なく内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。