



# 5月

簡単操作！インターネット注文 **はがくれ弁当**

千葉東店 電話 043-258-1933  
FAX 043-258-1910

<p>13日(月) 471kcal</p> <p>おいしいよ!</p> <p><b>塩麴揚げ &amp; ポークチャップ</b></p> <p>スパニッシュオムレツ&amp;山菜スパ 竹の子の明太マヨ 他</p>	<p>14日(火) 395kcal</p> <p><b>サーモンタルフライ &amp; 海老チリ</b></p> <p>豚肉と根菜の煮物 柚子胡椒炒め 他</p>	<p>15日(水) 445kcal</p> <p><b>三元彩のロースカツ &amp; 鶏とピーナツの ピリ辛炒め</b></p> <p>具沢山春雨サラダ ごぼうとベーコンのソテー 他</p>	<p>16日(木) 485kcal</p> <p><b>ビーフソテー ステーキソース</b></p> <p>えびカツ 切干の3色酢の物 他</p>	<p>17日(金) 471kcal</p> <p><b>ゆかりごはん</b></p> <p><b>唐揚</b></p> <p>豆腐ステーキかにあんかけ 空豆とパンネのクリーム煮 他</p>	<p>18日(土)</p> <p>おまかせ弁当</p> <p>配達できない地域も ございますので お問い合わせ下さい。</p>
<p>20日(月) 448kcal</p> <p><b>キャベツメンチカツ &amp; 親子煮</b></p> <p>さばのピリ辛味噌焼き れんこんと青菜のわさび和え 他</p>	<p>21日(火) 497kcal</p> <p><b>大人気!</b></p> <p><b>チキン南蛮</b></p> <p>じゃが芋のそぼろ煮 ちくわとオクラの和え物 他</p>	<p>22日(水) 413kcal</p> <p>ぷりぷりっ♪</p> <p><b>えびカツ</b></p> <p>ほうれん草とツナのパスタ 牛肉と竹の子のオイスター炒め なすのごま味噌煮 他</p>	<p>23日(木) 444kcal</p> <p>☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆</p> <p><b>鶏の柚子胡椒天 &amp; 焼肉</b></p> <p>カラフル海藻サラダ れんこんのおかか醤油煮 他</p> <p>☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆</p>	<p>24日(金) 867kcal ライス込</p> <p><b>オムライス &amp; テミカツ弁当</b></p> <p>使い捨て容器でお届けします おかずのみはございません 詳しくは別チラシをご覧ください</p>	<p>25日(土)</p> <p>おまかせ弁当</p> <p>配達できない地域も ございますので お問い合わせ下さい。</p>

※おかずのみのカロリーを表示しています。白ご飯 普通盛 336kcal ※国産米を使用しております。

## 毎回好評!



●春の彩弁当1000円で販売  
3/1(金)~5/31(金)迄  
10個以上ご注文で  
缶茶をサービスしております!

## ヘルシー弁当



ヘルシー健康米を使用しています  
塩分・脂肪分・カロリーが  
気になるという方にお勧めです。

- ・日替弁当のご注文は午前9時30分までに、メール・FAXでのご注文にご協力下さい。
- ・味ご飯の日は、前日までのご予約で白ご飯に替える事も出来ます。
- ・配達後は涼しいところに置いて頂き、当日午後1時までにお召上がり下さい。
- ※お願い、弁当箱にかけた後のガムを入れたり、セロテープ等の  
ゴミを入れないようご協力お願いします。  
ソース・バラン・カップは外して温めてください。



\*携帯サイトからの  
ご注文は出来ません。

\*ヘルシー弁当は完全予約制です。ご注文は前日15:00までにTEL又はFAXでお願いします。