



1・2月

簡単操作! インターネット注文 **はがくれ弁当**

検索

千葉東店

電話
FAX

043-258-1933

043-258-1910

21日(月) 431kcal

鶏肉の
にんにく生姜焼き
あじフライ
明太玉子焼き

厚揚げとなすの肉味噌炒め
茎わかめと切干のポン酢和え 他

22日(火) 504kcal

やわらかお肉の
鉄板焼
&ポテトサラダ

海老クリームコロッケ
金平れんこん 他

23日(水) 423kcal

いえーい
唐揚

海鮮サラダ
豚肉とごぼうの味噌炒め 他

24日(木) 456kcal

てりやき てりマヨ
ハンバーグ
&フィッシュ南蛮

五目焼きビーフン
春菊の白和え 他

25日(金) 846kcal
(ライス込)

新春
そばろ弁当

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

26日(土)

おまかせ弁当

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。

28日(月) 402kcal

秘伝の味噌ソース
味噌カツ

ますの塩麴焼き
ひじきの五目煮 他

29日(火) 518kcal

手作
チキンカツ
&スパゲティボリタン

高野豆腐の卵とじ
ツナと大根のカレー煮 他

30日(水) 503kcal

よーしゃあ
生姜焼き
ゆで卵添え

白身フライ
ほうれん草のおひたし 他

31日(木) 442kcal

LOVE♡
さばの塩焼き
キンピラれんこん

明太もちもちフライ
ちくわと青梗菜のうま塩炒め 他

2/1日(金) 411kcal

高菜めし
海老かつ
&エビフライ
タルタルソース添え

牛ごぼう煮
かにかまとキャベツの中華和え 他

2日(土)

おまかせ弁当

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。

毎回好評!



❖冬の彩弁当1000円で販売
12/1(土)~2/28(木)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。

※おかずのみのカロリーを表示しています。白ご飯 普通盛 369.6kcal ※国産米を使用しております。

- ・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、弁当箱にカんだ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。