

栄養のバランスを重視した 手造りお弁当メニュー



株式会社
玉子屋

※ ライスのカロリーは340kcalです。個包装の調味料はご使用量に個人差がございますので、表記カロリーには含まれておりません。

※ 仕入の都合上、メニューと異なる場合がございますので、ご了承ください。 ※ 弊社製造工場では、そばを含む製品を製造しております。

※ アレルギー物質特定原材料7品目のうち、卵・乳成分・小麦は毎日のお弁当に含まれます。その他の4品目につきましては各日右枠の黒字で表示しております。

6月 26日 361Kcal 塩分3.8g	ビーフシチューと フライドチキン	アラスカカレイのソテーバター醤油ソース かぼちゃサラダ 青唐千切ザーサイ ドレッシング添え千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	7月 3日 328Kcal 塩分2.8g	生姜と鶏そぼろの ませごはん	赤魚みりん醤油焼 玉子屋の冷やっこ かぼちゃ天ぷら ミニささかま天ぷら 菜の花辛子酢味噌 金平ごぼう つくね串 推茸山椒煮 白菜ゆず一夜漬	そば 落花生 えび かに
ヘルシー! 27日 402Kcal 塩分3.3g	和風弁当 十六栄養米ごはん	さばの金山寺味噌焼 はんぺん磯辺揚 豚肉ともち巾着煮 なめこおろし レンコン金平 厚焼玉子 しばキクラゲ さゆうり一夜漬	そば 落花生 えび かに	おススメ! 4日 402Kcal 塩分3.9g	濃厚かつマイルド バターチキンカレー	クラッシュエムハム粒マスタードフライ ※ソースは付いておりません 北海道産マスの塩焼 塩葱エリンギ 春雨マヨネーズサラダ 福神漬 ドレッシング添え千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
28日 463Kcal 塩分3.9g	さっぱり塩だれ 牛肉の葱塩炒め	さんまの開き焼 枝豆コロッケ ひじき五目煮 野菜サラダ ドレッシング添え千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	ヘルシー! 5日 360Kcal 塩分3.6g	野菜と一緒に 豚肉の焼しゃぶ	あじ照焼 レンコンはさみ揚 小松菜と油揚げの煮びたし 黄桃 わさびドレッシング添え千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
★人気メニュー 29日 354Kcal 塩分3.6g	チキンソテー 和風オニオンソース	鯖の竜田揚 もやし挽肉炒め オリジナルタイ風サラダ 芋つる煮 ドレッシング添え千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	★人気メニュー 6日 451Kcal 塩分3.8g	オリジナル かにクリームコロッケ	若鶏照焼柚子胡椒薬味ソース 肉団子と野菜のトマト煮 角切昆布 高菜ヌバゲティ ユーンサラダ	そば 落花生 えび かに
おススメ! 30日 406Kcal 塩分4.1g	夏メニュー! 白麻婆豆腐	海鮮ハンバーグ野菜あんかけ 美味しい春巻 ソース焼そば 切干大根サラダ くり豆煮	そば 落花生 えび かに	7日 445Kcal 塩分3.5g	リンゴのやさしい甘み 牛バラ焼	ほっけ塩焼 白身魚のさつま揚 ごぼうときのこのかき揚 焼海苔 花野菜の明太マヨソース かみなりコンニャク キャベツ一夜漬	そば 落花生 えび かに

- ◆ ライスの容器にお箸や紙コップ等、ライス以外の物をお入れになられないよう、お願い致します。
- ◆ 玉子屋のお弁当箱は電子レンジ対応ではございません。温める際は、別のお皿などに取り出して温めて下さい。
- ◆ 個包装の調味料はご使用量に個人差がございますので表記カロリーには含まれておりません。
- ◆ 新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく午後1時頃までにお召し上がり下さい。 <http://www.tamago-ya.co.jp>



雨上がりは
街の緑が輝いて
綺麗だね♪

ピヨちゃんのおすすめメニュー

今回のおすすめ1品目は、夏限定メニューの6/30(金)白麻婆豆腐です。ベースの塩系中華スープに、黒胡椒と青唐辛子ペーストで辛味を、仕上げに花椒油と山椒で香りを加えた、香り高くしびれる辛味の白い麻婆豆腐です。

2品目は7/4(火)バターチキンカレーです。タンドリーチキン風の一口サイズの鶏肉に、濃厚かつマイルドなカレーをかけたひと品です。香味野菜やバター・生クリームで旨味とコクを引き出したカレーソースと、スパイシーなチキンとがバランスよく仕上がった、本格的な味わいが楽しめる自信作です!

どちらも、むし暑い梅雨の季節におすすめのスパイシーメニューです!ぜひどうぞ!