

# 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

◆エネルギーの表示値は目安です。◆ライスのカロリーは312Kcal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。◆仕入状況によりメニュー内容を変更させていただく場合がございますのでご了承ください。◆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。◆弊社製造工場ではそばを含む製品を製造しております。◆調理、盛付け過程においては、アレルギー物質の二次的混入を防ぐために細心の注意を払っておりますが、絶対的なものではありません。重篤な方、過敏な方は十分にご理解、ご留意いただきますようお願い申し上げます。◆ライスにはシールド乳酸菌®を100億個配合しております。

<b>7月</b> <b>おススメ♪</b> <b>22月</b> 350Kcal 塩分1.8g	<b>味ぽん®と大根おろしで食べる おろしとんかつ</b>	鶏肉じゃが しばわかめ 千切キャベツ	ブロッコリー お漬物	そば 落花生 えび かに	<b>★人気メニュー★</b> <b>29月</b> 413Kcal 塩分2.3g	<b>夏野菜のカレー チキンカツ胡麻とんかつソース</b>	ほっけ塩焼 プチシュークリーム 福神漬	ポテトサラダ 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
<b>おススメ♪</b> <b>23火</b> 401Kcal 塩分1.9g	<b>カンタン酢™を使った チキンステーキ</b>	気仙沼マグロフライ ヤムウンセン(タイ風サラダ) さつま揚げと根菜煮 胡麻きくらげ佃煮 お漬物	千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	<b>GOOD バランス</b> <b>30火</b> 407Kcal 塩分2.3g	<b>金沢の人気郷土料理 若鶏治部煮わさび添え</b>	赤魚照焼 ごぼうときのこのかき揚げ 笹かま	オクラのサラダ 黒豆煮	そば 落花生 えび かに
<b>おススメ♪</b> <b>24水</b> 404Kcal 塩分2.2g	<b>牛肉のチャプチェ ハムマヨサラダフライ</b>	はんぺんジャーソース 野菜サラダ お漬物	花ちりめん 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	<b>おススメ♪</b> <b>31水</b> 424Kcal 塩分2.5g	<b>2層の牛肉コロッケ 完熟トマトのハヤシチュー</b>	助宗鱈のソテー和風オニオンソース ピクルス(カンタン酢™使用) 山クラゲ柚子胡椒 角切昆布佃煮	千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
<b>ヘルシー!</b> <b>25木</b> 399Kcal 塩分2.3g	<b>幕の内風弁当 銀ひらす照焼</b>	かぼちゃ天ぷら 肉団子と野菜の炊き合わせ レンコン金平 焼海苔	ちくわ天ぷら 磯香玉子焼 ひよこ豆煮 梅干	そば 落花生 えび かに	<b>8月</b> <b>1木</b> 445Kcal 塩分2.4g	<b>ごはんがすすむ豚肉生姜焼 かに玉甘酢あんかけ</b>	チーズ入り魚肉ソーセージフライ 香味スパゲティ 小女子佃煮	野菜サラダ お漬物	そば 落花生 えび かに
<b>26金</b> 414Kcal 塩分2.1g	<b>ぎっしりコーンコロッケ 回鍋肉(ホイコーロー)</b>	海鮮ハンバーグ野菜あんかけ 青菜とかにかまの和え物 塩葱メンマ 千切キャベツ	お漬物	そば 落花生 えび かに	<b>おススメ♪</b> <b>2金</b> 407Kcal 塩分2.5g	<b>メバル唐揚 南蛮ソース(カンタン酢™使用)</b>	若鶏の中華風照焼 春雨サラダ お漬物	塩麻婆豆腐 黄桃 千切キャベツ	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2時頃までにお召し上がり下さい。 <https://www.tamagoya.co.jp>

### \* ミツカン×玉子屋コラボ \*

今月は Mizkan(ミツカン)と玉子屋がコラボしたメニューが登場しています!  
「味ぽん®」や「カンタン酢™」等を使った美味しいメニューをどうぞお楽しみください♪



### 毎日のメニューからおすすめをご紹介します♪

7/22(月)~7/26(金)

7/29(月)~8/2(金)



※シールド乳酸菌®は森永乳業株式会社の登録商標です