

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。

1月 20月 437Kcal 塩分3.0g	おすすめ! グラタンクリームコロック 人気ソースホキのソテー和風タルタル	山形芋煮 棒棒鶏サラダ 辛子キクラゲ佃煮 日野菜漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	27月 451Kcal 塩分3.2g	バターチキンカレー 俵型メンチカツ	さば塩焼 野菜と豆のサラダ 白花豆煮 福神漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
★人気メニュー 21火 429Kcal 塩分2.8g	ほっこりするね! 和風煮込みハンバーグ	さば大葉フライ 野菜サラダ もやし炒め 柚子こんにやく 付合せ(スパゲティ・蓮根・人参) 野沢菜漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	ヘルシー! 28火 396Kcal 塩分3.0g	銀鮭塩焼弁当	かぼちゃ入り野菜かき揚げ 卵と出汁でつつんだ豆腐の煮込み 蓮根金平 ひじきとこんにやく煮 しばキクラゲ お漬物	そば 落花生 えび かに
おススメ♪ 22水 430Kcal 塩分2.9g	ごはんがとまらない ガリバタチキン	白身フライ かぼちゃシチュー 大根とカリフラワーのサラダ 葉唐辛子佃煮 お漬物 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	29水 420Kcal 塩分2.8g	ほくほくきたあかりコロック ポークソテートマトソース	ヤムウンセン(タイ風サラダ) S 切干大根煮 コロコロごぼう 白菜浅漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
23木 400Kcal 塩分2.7g	自信作! 青椒肉絲(チンジャオロース)	海鮮ハンバーグスイートチリソース S さっくり衣の牛肉コロック もやしナムル パイナップル 大根浅漬 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	おススメ♪ 30木 443Kcal 塩分2.9g	絶品ハニーマスタードチキン アジフライ	3種のチーズのクリームスパゲティ 根菜甘酢漬 黒豆煮 お漬物 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに
24金 420Kcal 塩分2.8g	さっくさく! チキンカツ 胡麻とんかつソース	赤魚照焼 五目ビーフン炒め カレーサラダ さつまいも甘煮 お漬物 千切キャベツ	そば 落花生 えび かに	★人気メニュー 31金 425Kcal 塩分3.2g	大満足! 回鍋肉の中華弁当	揚ニラまんじゅう 揚げようざ はんぺんの明太子クリームソース もやしとザーサイの和えもの 杏仁フルーツ お漬物 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>

【お願い】
弊社のお弁当箱は電子レンジ対応ではございません。
温められる際はお皿などに移していただきますようお願いいたします。



毎日のメニューからおすすめをご紹介します♪

1/20(月)~1/24(金)	1/27(月)~1/31(金)