

おべんとうの **玉子屋** 手づくりお弁当メニュー

4月 とどけエール! 大人気おかずWEEK	3月 31(月)	ゆでキャベツと召し上がり 豚肉の焼しゃぶ味ぽん添え	ホキのソテー和風タルタルソース 野菜かき揚げ しじみの旨煮 ゆでキャベツ お漬物	384Kcal 塩分:2.5g	乳 小麦 落花生 かに	卵 そば えび くるみ
	4月 1(火)	祝 新年度お祝い弁当	黒米ごはん ハンバーグデミグラスソース えびフライとアジ大葉フライ小袋タルタルソース スパゲティナポリタン ひじきとこんにゃく煮 桃色大福 野沢菜漬 千切キャベツ	456Kcal 塩分:2.7g	乳 小麦 落花生 かに	卵 そば えび くるみ
	2(水)	桜肉のサイコロステーキ 和風ステーキソース	クラタンコロッセウ パワーサラダ もやし炒め けんちん煮 海苔佃煮小袋入り お漬物 千切キャベツ	433Kcal 塩分:2.6g	乳 小麦 落花生 かに	卵 そば えび くるみ
	3(木)	玉子屋特製! ジューシー!! 鶏の唐揚小袋マヨネーズ添え	完熟トマトのハヤシチヌー オムレツホワイトソース 野菜炒め 辛子キクラゲ佃煮 お漬物 千切キャベツ	422Kcal 塩分:2.7g	乳 小麦 落花生 かに	卵 そば えび くるみ
4(金)	玉子屋自慢の中華弁当 豚肉の黒酢中華炒め	ふんわりかに玉中華揚白湯あんかけ アジ南蛮焼 オクラとザーサイの和え物 ソース焼そば 黄桃 お漬物	356Kcal 塩分:2.6g	乳 小麦 落花生 かに	卵 そば えび くるみ	

4月	7(月)	和風弁当 旬のたけのこごはん	銀ひらす西京焼 とり天 厚焼玉子 絹ごし揚げの白だしそばろあんかけ じゃがいもきんぴら 山菜おろし うずら豆煮 お漬物	419Kcal 塩分:2.7g	乳 小麦 落花生 かに	卵 そば えび くるみ
	8(火)	大好評大きなアジフライ 小袋タルタルソース添え	豆腐ハンバーグケチャップソース 菜の花おひたし ポテトサラダ お漬物 千切キャベツ	373Kcal 塩分:2.4g	乳 小麦 落花生 かに	卵 そば えび くるみ
	9(水)	玉子屋看板メニュー 千キンソテーオニオンドレッシング	玉子サンドコロッセウ ジャーチャー春雨 もやしナムル ひよこ豆煮 お漬物 千切キャベツ	442Kcal 塩分:2.8g	乳 小麦 落花生 かに	卵 そば えび くるみ
	10(木)	ほっこりするね! 和風煮込みハンバーグ	白身魚フライ もやし炒め ヨーンサラダ 付合せ(スパゲティ・レンコン・にんじん) コロコロごぼう お漬物 千切キャベツ	432Kcal 塩分:2.5g	乳 小麦 落花生 かに	卵 そば えび くるみ
	11(金)	むぎとろごはん 豚ロースの香味揚	ほっけ塩焼 ごぼうきんぴら 小松菜煮ひたし さつまいも甘煮 山芋とろろ小袋入り 大根浅漬	366Kcal 塩分:2.0g	乳 小麦 落花生 かに	卵 そば えび くるみ

◆エネルギーの表示値は目安です。◆ライスのカロリーは 296Kcal 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 8 品目につきましては各日右枠の黒字で表示してあります。特定原材料に準ずるもの 20 品目につきましてはホームページからご確認いただけます。◆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、ご留意いただけ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。※シールド乳酸菌®は森永乳業株式会社の登録商標です。

- お弁当箱は電子レンジに入れしないでください。
- 午後2時までにお召し上がりください。
- お弁当容器にゴミを入れたり粘着テープを貼ったりしないよう、ご協力をお願いいたします。



株式会社 玉子屋