

天神屋のお夕飯便献立表【9月】

※材料の都合によりメニューが一部変更になる場合がございます。

第4週	9月18日(月)	9月19日(火)	9月20日(水)	9月21日(木)	9月22日(金)
		サバの塩こうじ竜田揚げ 鶏そぼろポテト 黒ごまジャガイモサラダ イカリング 枝豆そぼろ 桜大根	牛肉のにんにくしょうゆ炒め 野菜豆ごった煮 生姜あんかけ揚げ出し豆腐 山菜の田舎煮 しば漬け わさび菜	赤魚のゴマダレ焼き 唐揚げ ジャーマンポテト 鱈の和風マリネ 桜大根 フレンチサラダ	若鶏の塩こうじ唐揚げ 豚バラもやし炒め パンプキンサラダ 金時豆 きのこの小松菜のごま和え しば漬け
		365kcal/たんぱく質17.7g/脂質20.7g/塩分3.6g	396kcal/たんぱく質15.2g/脂質25.9g/塩分3.9g	256kcal/たんぱく質22.5g/脂質12.0g/塩分2.5g	365kcal/たんぱく質16.8g/脂質21.2g/塩分1.4g
	<p>今週のお弁当</p>  <p>天神屋の牛肉弁当</p>	<p>お値段は変わりますが 期間限定でこちらも お選びいただけます！</p> 			<p>～特製弁当～ 期間限定</p>  <p>天神屋特製松茸弁当 (税込1,500円)</p>
第5週	9月25日(月)	9月26日(火)	9月27日(水)	9月28日(木)	9月29日(金)
	助宗タラのタルタル焼き トマトパスタサラダ キャベツとえびのネギ塩だれ とり天 しば漬け 蒸し鶏のザーサイ	ピーマンの肉詰めフライ ほうれん草とツナのごま和え 紅あずま甘露煮 柚子大根甘酢和え 味噌漬け味づくし きざみ沢庵	鮭とキャベツのバターポン酢炒め さつま芋と豆のハニーマスタード 焼きそば 揚げなすの甘味噌かけ 人参ナムル 焼売	鶏のから揚げきのこ餡 ポテトサラダ 茄子のさっぱり揚げびたし イカフライ ゴボウサラダ しば漬け	黄金カレーの蒸し煮 コーンとハムのソテー 豆と根菜のゴマダレサラダ 厚切りハムカツ ビビンバ 桜大根
	243kcal/たんぱく質23.2g/脂質9.8g/塩分3.0g	230kcal/たんぱく質9.6g/脂質8.4g/塩分2.7g	402kcal/たんぱく質24.9g/脂質19.6g/塩分3.6g	281kcal/たんぱく質13.2g/脂質16.6g/塩分2.8g	369kcal/たんぱく質21.8g/脂質20.4g/塩分3.8g
	<p>今週のお弁当</p>  <p>元祖たぬき弁当</p>	<p>お値段は変わりますが 期間限定でこちらも お選びいただけます！</p> 			<p>～特製弁当～ 期間限定</p>  <p>天神屋特製松茸弁当 (税込1,500円)</p>
		<p>10月前半のメニューは4週目ごろに配布予定です 静岡オリコミ 健康事業部 天神屋お夕飯便 0120-946-369</p>			