

5月

# 日替りメニュー

微酸性電解水を使用しノロウイルス等の  
予防対策をしております。

コロナに負けるな!  
国民一丸となって、  
協力し、助け合い、  
乗り越えましょう。

私どものお弁当は出来る限り自分たちの目の届く  
ところで製造・加工されている食品・材料を使用  
する事を基本にしております。

ヘルシー 美味しい 安い

## 美華月ごぜん

◆お米は、こだわりの国産新米 山形米 100%使用

4/29 月

30 火

郷土料理をイメージして  
見た一品です!

5/1 水

★北海道の郷土料理  
豚丼風(ローズ生姜焼き)

★旬じゃが芋  
シイタケ煮

★チンゲン菜と  
きのこのソテー

◆埼玉県郷土料理 ねぎめた  
◆トマト大豆の炊き合わせ  
・熱量/368kcal・タンパク質/15.8g  
・脂質/15.8g・塩分/2.5g

郷土料理をイメージして  
見た一品です!

2 木

★水餃子の野菜の  
ケチャップ甘酢あんかけ

★絹上げ豆腐と  
花形人参含め煮

★京都府の郷土料理  
ほうれん草と  
湯葉の白あえ

◆福井県の郷土料理 里芋のころ煮  
◆旬竹の子土佐煮  
・熱量/361kcal・タンパク質/16.9g  
・脂質/17.5g・塩分/2.4g

憲法記念日

郷土料理をイメージして  
見た一品です!

3 金

★メンチカツの  
デミグラスソース

★神奈川の郷土料理  
けんちん煮

★旬キャベツと  
赤ピーマンのソテー

◆あざりと玉葱のワイン蒸し  
◆きのこの炒り豆腐  
・熱量/372kcal・タンパク質/16.6g  
・脂質/15.5g・塩分/2.3g

郷土料理を みどりの日  
イメージして見た一品です!

4 土

★福島県郷土料理  
白身魚の三五八漬焼き

★沖縄県郷土料理  
「苦味を抑えた」  
ゴーヤチャンプル

★東京都郷土料理  
深川風あざりと油揚げ、  
大根煮付け

◆ミックスビーズと南瓜マヨサラダ  
◆旬フキとスズシロの白和え  
・熱量/370kcal・タンパク質/17.8g  
・脂質/16.2g・塩分/2.5g

振替休日

郷土料理をイメージして  
見た一品です!

6 月

★長野県郷土料理  
鶏肉の山賊焼き風  
インゲン添え

★彩り野菜  
ネジリマカロニサラダ

★ブロッコリーのカレー風味

◆仙台名物 笹かまぼこ  
◆静岡県郷土料理 紅白酢味噌和え  
・熱量/353kcal・タンパク質/17.3g  
・脂質/16.4g・塩分/2.4g

トマトソースをたっぷり  
使用した手造り  
デミソースを  
ご賞味下さい!

7 火

★ハンバーグ  
デミグラスソース  
インゲンのお浸し

★菜の花とハムのパスタ

★大根と人参のそぼろ煮

◆枝豆の白和え  
◆細切り昆布煮  
・熱量/365kcal・タンパク質/17.2g  
・脂質/16.8g・塩分/2.3g

★白身魚の  
フリッター揚げ

8 水

タルタルソース

★ブロッコリーの  
トマト煮

★シェルマカロニの  
彩サラダ

◆がんもの含め煮  
◆ミックスビーズのペペロン風  
・熱量/368kcal・タンパク質/17.2g  
・脂質/17.1g・塩分/2.5g

★野菜入り  
鶏つくね照り焼き

9 木

しいたけ青梗菜と  
干しエビの 塩炒め添え

★ほうれん草と  
春雨バターソテー

★ひじき煮と枝豆の  
炊き合わせ

◆きのこのすき焼き風  
◆あざりとキャベツのトマト煮  
・熱量/356kcal・タンパク質/16.5g  
・脂質/16.6g・塩分/2.3g

★美味しい  
ノルウェーサバ

10 金

味噌仕立て

★竹輪野菜ピリ辛炒め  
《辛さ控えめ》

★ササガキ牛蒡の  
胡麻たっぷり金平

◆大根旨煮  
◆ほうれん草の磯辺和え  
・熱量/365kcal・タンパク質/16.3g  
・脂質/17.1g・塩分/2.2g

★鶏肉と白滝の  
すき焼き風

11 土

彩野菜添え

★旬ヤングコーンソテー

★五目ひじき煮

◆インゲンおかか和え  
◆酢の物  
・熱量/366kcal・タンパク質/17.5g  
・脂質/17.3g・塩分/2.4g

※仕入れの都合により多少の変更を  
させて頂く場合もございます。

※野菜を中心に、栄養バランスに気をつけた季節メニューをご紹介します。

※ライスのカロリーは180gで303kcalが目安です。

# 美華月ごぜん

TEL. 03-5808-0141  
FAX. 03-5603-0140

※追加オーダーは、当社のオペレーターまでお気軽にご相談ください。 ※会議用弁当、行業弁当、オードブル等、ご予算に応じて承ります。

### 食中毒防止ご協力をお願い

◆昼食は配達当日の午後1時迄にお召上がりください。 ◆直射日光の当たる場所、極端に湿度の高いジメジメした場所に置かないでください。 ◆陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。 ◆若し方が一開蓋後、臭異・異物・異変が見られた時は、即時に飲食を中止して当店までご連絡ください。 ◆ガム等を容器に入れなくて下さい。

災害等によってメニュー  
を変更せざるを得ない  
場合がございますので  
予めご了承ください。

