

こんだてひょう 大幕の内 6月16日～30日

●お弁当1食当たりの総カロリーを表示しています。

16日(月)

鶏のから揚げ
焼きギョウザ
蓮根蒟蒻煮
スパゲティナポリタン
わがめの生善醤油和え

761Kcal

17日(火)

鶏 焼
れんこんの天ぷら
お好み焼き
ひじきのヒリ辛煮
マカロニサラダ

740Kcal

18日(水)

豚の生善焼
コロッケ
竹輪の甘醤油ベッパ焼
小松菜のごま和え
切干大根煮

744Kcal

19日(木)

アジフライ
ハムステーキ
カレー団子
わがめのボン酢和え
きんぴらごぼう

734Kcal

20日(金)

魚のグリル焼き
大根のヒリから煮
一口ハンバーグ
マカロニケチャブ炒め
細切昆布煮

741Kcal

21日(土)

おまかせメニュー



23日(月)

メンチカツ
コンニャクのヒリ辛炒め
竹輪の香り焼き
春雨の中華野菜炒め
きんぴらごぼう

728Kcal

24日(火)

鶏魚揚の中華甘酢あん
プレーンオムレツ
切干大根煮
わがめ玉子煮
スパゲティナポリタン

740Kcal

25日(水)

和風ハンバーグ
ウィンナー
ポテトの素揚げ
クリーミーコロッケ
蓮根の旨煮

736Kcal

26日(木)

チーズチキンかつ
目玉焼きフライ
マカロニツナ炒め
大根の旨煮
わがめの生善醤油和え

765Kcal

ひとくちメモ

ツバメ共に

この時期になると家の軒下にあるツバメの巣で子育てが始まる時期になります。ツバメは、昔から人間と共存して来た身近な鳥ですが皆さんは、ツバメについてどのくらい知っていますか？意外と知らないツバメの豆知識を紹介したいと思います。

そもそもツバメとは、渡り鳥のため日本にいるのは春から秋にかけての暖かい季節だけでそれ以外の季節は、遠く50,00km～10,000kmも離れた東南アジアにいます。日本には子育ての為に飛来します。

ツバメは、とても頭の良い鳥なので毎年同じ巣に戻って来ます家の軒下に巣を作るのは、蛇などの天敵から人間に巣を守ってもらうためです。なので空き家などには、基本的に巣作りはしないそうです。

ツバメの主食は、生きた小型の昆虫になります。その為湿気の多い日は、虫が低い所を飛ぶのでおのずとツバメも低い所で狩りをするので、昔から天気の崩れる予兆になるといわれています。

ツバメは、昔から農作物に害のある害虫を食べてくれる益鳥です。

お互い持ちつ持たれつで未永く共存していきたいですね。

27日(金)

さばの照り焼き
野菜はんぺん
三角こんにゃく
春雨サラダ
細切昆布煮

747Kcal

28日(土)

おまかせメニュー



30日(月)

チキナーリックカレー醤油
揚げギョウザ
オムレツ
切干大根煮
シエルサラダ

750Kcal

お願い

- ◆電子レンジ・オープンでの使用はご遠慮下さい。
- ◆食器を灰皿のかわりにしたり、食器にガムを入れないで下さい。
- ◆食品衛生上、午後1時頃までにお召し上がり下さい。
- ◆仕入れの都合でメニューを変更することがあります。
- ◆お気付の点がございましたら、係員、配達員にお申し付けください。
- 当社の使用しているお米は国産米です。



株式会社 アイチフード

〒442-0809 豊川市大橋町3丁目19番地
TEL 0533-89-7322
FAX 0533-89-8680