

こんだてひょう 特幕の内 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)

魚のわさびソース
オムレツ
シューマイ
小松菜炒め
がんもどき含め煮

826Kcal

17日(火)

目玉焼きフライ
とんかつ
ウインナー
野菜のドライカレー風
中華春雨サラダ

846Kcal

18日(水)

鶏のから揚げ
焼きギョウザ
スパベロンチーノ
切干大根煮
ポテトサラダ

869Kcal

19日(木)

ハンバーグ
プレーンオムレツ
ポテトの素揚げ
竹輪の天ぷら
きんぴらごぼう

837Kcal

20日(金)

すき焼き風煮
マカロニサラダ
れんこんの天ぷら
厚揚げの含め煮
梅ザーサイ

835Kcal

21日(土)

おまかせメニュー



23日(月)

白身魚のハーブソルト焼き
コロケ
スパゲティナポリタン
大根のみそ煮
肉団子ケチャップ

826Kcal

24日(火)

牛肉のしぐれ煮
ハムステーキ
ツナキャベツソテー
マカロニサラダ
大根と揚げ煮

848Kcal

25日(水)

鶏の塩焼き
イカベジフライ
シェルケチャップ炒め
大根の味噌煮
わがめサラダ

844Kcal

26日(木)

かき揚げ
さば焼き
千草焼
つくねハンバーグ
カレースパ

836Kcal

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来永く共存していきたいですね。

27日(金)

鶏のから揚げ
焼きギョウザ
春雨サラダ
切干大根煮
松前風高菜キャベツ炒め

867Kcal

28日(土)

おまかせメニュー



30日(月)

アジの味噌醤油
メンチかつ
シェルサラダ
大根の旨煮
三角こんにゃく

831Kcal

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