

こんだてひょう 特上 幕の内 1月16日～31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(金) チキンのトマトソースかけ クリーミーコロッケ ひじき煮 白菜の塩もみ もやしと小松菜の中華炒め 949Kcal	17日(土) おまかせメニュー 	19日(月) ササミチーズカツ 大根の土佐煮 ハヤシ ごぼうサラダ かにシューマイ 901Kcal	20日(火) 《炊きこみご飯》 鶏の塩から揚げ 赤ワインナー ポークビーンズ 大根サラダ 946Kcal	21日(水) ハムサラダフライ イカリングフライ 豚肉ヒビンバ きんぴらごぼう 高野豆腐含め煮 929Kcal
22日(木) 豚の生巻焼き 野菜炒め 切干大根煮 わがめサラダ ポークシューマイ 902Kcal	23日(金) 魚の塩焼 ゴボウの味噌煮 たこ団子煮 厚焼玉子 スパサラダ 917Kcal	24日(土) おまかせメニュー 	26日(月) さわらの西京味噌漬焼き エビの天ぷら かき揚げ もやし炒め ギョウザ 930Kcal	27日(火) ハムカツ ブレンオムレツ さば竜田マリネ 野菜あんマリネ風 大根の味噌煮 902Kcal
28日(水) ぶりの味噌醤油 さつま芋の天ぷら メンマと野菜の塩炒め ポテトサラダ 厚焼玉子 910Kcal	29日(木) 豆腐ハンバーグ 野菜ソテー 豚の竜田風揚げ 小松菜のお浸し スパケチャップ炒め 933Kcal	30日(金) たらしの竜田 厚揚げ けんちん煮 ポテトサラダ わがめと玉ねぎのおかが和え 938cal	31日(土) おまかせメニュー 	

ひとくちメモ

大寒

1月後半は、1年の中でも特に寒さが厳しくなる時期で、「大寒」と呼ばれる季節を迎えます。大寒は二十四節気の最後にあたり、もっとも寒くなる季節でもあります。この大寒の時期には昔から「仕込み」と呼ばれる伝統的な食品づくりが行われて来ました。味噌や醤油、日本酒などは寒い時期に仕込む事により、雑菌が繁殖しにくく品質が安定するとされています。寒い時期は、発酵が進みにくいので長い時間かけて熟成され味に深みやまろやかさが出るとされています。

1月は、厳しい寒さの中でも1年の土台となる大切な季節です。今年1年の飛躍にむけて力を蓄えていきたいですね。

お願い

- ◆電子レンジ・オーブ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