

台風の影響で遅れておりましたが、
全店新米に切替わりました。い和多は
産地指定コシヒカリ100%

Smart Meal

スマートミール

がん予防学会が加わり、13学協会で認証

スマートミールとは、健康に良い食事認証の通称で、い和多は業界初、
先行実施で認証を頂きました。一般社団法人がん予防学会が加わり
13学協会により認証が授けられます。

RI.II

11月	セカンドミール効果で人気、押麦ごはん 青森県産ぶり西京焼 765kcal 3.4g	塩きんぴらごぼう 大学芋 豚大根・隠元添え 卵の花 血液サラサラ玉ねぎ三杯酢 さつま揚げ S 大山鶏手羽元甘酢煮 850kcal
12月	ご好評いただいております ハンバーグ・アラビアータ 850kcal 3.4g	厚揚げチャンプルー スパゲティーバジリコ みぞれ酢の物 秋刀魚しぐれ煮 フライドポテトリヨネーズ S イカフライ・タルタルソース 999kcal
13日	自家製の甘めの味噌がコシヒカリによく合います 名古屋風味噌カツ 800kcal 3.1g	自家製無添加キャベナエッグ 鶏五目煮 ほうれん草と高野豆腐お浸し もやしナムルダシダ味 香の物 S ハニーマスタードチキン 999kcal
14日	野菜しっかり197g!! 麻婆茄子&鯖利休焼 756kcal 2.9g	パンパンキャベツ 人参とツナレモンマリネ 刻み揚げと落煮 ごぼうと干えびかき揚げ 本格甕だしザーサイ S がんもどきと豚肉旨煮 925kcal
15日	おろしソースは酵素が活躍！ チキンソテー・おろしソース 686kcal 3.1g	豚肉と昆布煮 カリフラワー胡麻和 小松菜オリーブオイルナムル 鶏ひき肉と蓮根チリペッパー炒め S ぶり大根 857kcal
16日	10食以上のご予約で、おとどけいたします。 回鍋肉&かに玉 677kcal 3.0g	シュウマイ 若芽メンマ和え 白菜からし和え 香の物 小松菜オリーブオイルナムル S おたのしみ

18日	ボリュームあります♪ 厚切メンチカツ 828kcal 3.1g	鶏小間肉五目煮 コーンポテトサラダ ほうれん草お浸し ハムトマトペンネ 胡麻高菜漬け S スペイン風オムレツ 954kcal
19日	もち米で美味しさUP 山菜栗ご飯 675kcal 3.1g	がんとどきと人参煮 春菊と干海老かき揚げ 白すずき牡蠣だし醤油漬け焼き きゃべつと竹輪胡麻和え 香の物 S 牛肉野菜炒め 817kcal
20日	今年も、おいしい新じゃがで 北海道新じゃが牛肉コロッケ 786kcal 3.2g	白菜と鶏肉卵とじ 焼高野豆腐 ビーンズサラダ 梅肉春雨 人気のあっさりセロリ漬け S 青森県産ぶり大根 957kcal
21日	ファンの多いお献立 豚小間山賊たれ炒め 713kcal 2.5g	鮭(又は鱒)幽庵焼き 二色なます 春雨牛ひき肉炒め 若芽メンマ和え 水菜入キャベツ千切り 香の物 S ジャージャー麺 888kcal
22日	手作りで人気! 自家製チキンカツ 784kcal 3.2g	マカロニハムサラダ 切り干し大根旨煮 蓮根蒟蒻金平 ぴりぴりもやし 香の物 S 国産鯖味噌煮 996kcal
23日	勤労感謝の日	

◎S表記のお献立をスマートミールにプラスすると、スーパーという製品になります。◎食材事情により、お献立を一部変更させて頂く場合がございます。予めご了承ください。◎普通盛りライスのカロリーは350kcalで、調味料共カロリー表示込です。◎スマートミールの塩分3.5g未満効果を活かす為、味噌汁などの併用はお控え頂けますと幸いです。◎アレルギー物質特定原材料のうち、卵・乳成分・小麦粉は、必ず含まれております。その他の品目に関しては、弊社HPをご参照の上ご不明点はお問い合わせください。◎弊社工場内で、そば製麺部門がございます。重篤な方は、ご注意ください。◎お手元のお食事は、冷暗所に保管頂き13:00迄にお召上がり下さい。◎リユース容器は、電子レンジに対応していません。ご理解とご協力をお願いします。

御飯は100%産地指定こしひかり

株式会社 い和多 日本橋本店

TEL03(3667)9930 FAX03(3662)4937

URL <http://www.e-bento.co.jp>