



Smart Meal  
スマートミール

# 創業53年 安全と安心をお届けいたします。

今年は、気温がまだまだ高い！衛生第一で、お客様のお手元にお届け致します。お手元のお食事は、冷暗所に保管いただき、ご案内の消費期限までにお召し上がりいただけますように、お願い申し上げます。

R2.9~10

21 月	<b>敬老の日</b>	お知らせ 新米こしひかり入荷します!! 天候に恵まれ、今年は新米をこんなに早くご案内することが出来ました。 <u>千葉県特A地区の夷隅(いすみ)郡の米</u> だけを厳選しておりますので、ご賞味ください。 9月24日以降お届け予定です。	28 月	黒もち米のアントシアニンは抗酸化のポリフェノール <b>白ひらすみりん焼</b> 702kcal 3.4g	がんもどきと人参煮 筍酢味噌和 野菜かき揚げ 小松菜おかか和 大根とひき肉味噌炒め S チキンステーキ香草風味 830kcal
22 火	<b>秋分の日</b>	出来ました。 <u>千葉県特A地区の夷隅(いすみ)郡の米</u> だけを厳選しておりますので、ご賞味ください。 9月24日以降お届け予定です。	29 火	さっぱり大根おろして召し上がれ <b>とんかつ&amp;おろしポン酢</b> 833kcal 3.3g	高野豆腐いりこだし煮 香の物 タラモサラダ 大根おろし 茄子と鶏肉ピリ辛旨煮 S シンガポール風焼きそば 984kcal
23 水	ほんのり黄色のもち栗御飯 <b>海老フライ&amp;メンチカツ</b> 823kcal 3.3g	切り干し大根旨煮 トマトマカロニ 隠元コーンサラダ 香の物 ぜんまい・小松菜三色ナムル S 標津の鮭味噌漬焼 847kcal	30 水	新米こしひかりに焼き魚!お薦めです <b>国産さば一味焼</b> 776kcal 3.4g	筍と豚肉の高菜炒め 白菜キムチ 韓国風春雨ごぼうサラダ 春巻 きゃべつベーコンお浸し 若布蒸し鶏辛子和 S 揚げ茄子にパクチー♪ 958kcal
24 木	柔らかい豚ロースのみ使用 <b>豚ロース酢豚</b> 850kcal 3.2g	きくらげ薩摩揚げとオクラ煮 ごぼうサラダ さつま芋と黒豆煮 春雨とカニカマカレー炒め S 海老と舞茸天麩羅 950kcal	1 木	岩手県産地養鶏 ヘルシーな胸肉で <b>地養鶏照焼</b> 735kcal 3.2g	オクラとツナ和え きんぴらごぼう ほうれん草胡麻和 茄子漬 春菊とさつま芋のかき揚 S カレイの揚煮 843kcal
25 金	ミルクから手作り隠し味は八丁味噌 <b>特製デミソースハンバーグ</b> 823kcal 3.2g	洋風オリーブオイル玉子焼き ベーコン野菜炒め 若竹煮 パリパリ大根 グリーンポテト S おたのしみ	2 金	柔らかい 豚ロースのみで <b>豚甘辛竜田揚</b> 850kcal 3.4g	旬の茄子味噌炒め ごぼう粉節煮 ひじき枝豆煮 もやしおかずサラダ 天然色素の桜漬 きゃべつ千切り S おたのしみ
26 土	人気のお献立 こしひかりによく合う <b>カツ煮</b>	おたのしみ S おたのしみ	3 土	野菜もしっかり摂れるお献立 <b>標津の鮭ちゃんちゃん焼</b>	おたのしみ S おたのしみ

◎S表記のお献立をスマートミールに+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。◎普通盛りライスは350kcal。調味料共表示込です。◎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。その他の品目は、弊社HPをご参照ください。◎弊社工場内で、そば製麺部門がございます。◎お手元のお食事は、冷暗所に保管頂き13:00迄にお召し上がり下さい。◎リユース容器は、電子レンジ不対応です。ご理解とご協力をお願いします。

野菜が摂れる手作りお弁当 い和多 日本橋本店

☎ 03(3667)9930 📠 03(3662)4937

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

