

スパゲッティーが、さらに美味しくなりました♪

富山の名水で作られたボルカノ社のエブリリスパゲッティーに変更しました。モチモチの食感を出す
為に強力粉使用で、いろんな料理に合うからエブリと命名したのだそうです。是非、ご賞味下さい。



スマミル弁当

R7.6

9	大人気! 京風たけのこ御飯 いりこ出汁鶏大根	自家製野菜玉子焼 じゃが芋と紅生姜かき揚げ さっぱり絹ごし豆腐 S 鮭のホイル焼イタリアンマリネ添	エネルギー 658 kcal 食塩相当量 3.2 g P:F:C 14:30:56 S 693 kcal
10	みんな大好き♪ カニクリームコロッケ 野菜ビーフン	白身魚にんにく醤油焼 蓮根とごぼう金平 おくらわさび和 S 茄子とピーマン味噌炒	エネルギー 654 kcal 食塩相当量 3.1 g P:F:C 14:26:60 S 715 kcal
11	国産もち麦 ファイバーライス 和風照焼ハンバーグ お蕎麦屋さんのポークカレー	蒸し鶏とマカロニサラダ もやし胡麻和 福神漬 S ほっけ塩焼・厚焼き玉子	エネルギー 735 kcal 食塩相当量 3.4 g P:F:C 13:25:61 S 792 kcal
12	夏に山椒♪ピリリと食欲UP 豚ロース山椒味噌炒 ボンゴレビアンコ	おくらすり身天婦羅 隠元と突き蒟蒻金平 香の物 S 冬瓜牛そぼろ煮	エネルギー 698 kcal 食塩相当量 2.6 g P:F:C 18:20:62 S 769 kcal
13	人気の組み合わせ! 海老フライ&メンチカツ 南瓜ソイミートそぼろ煮	キャベツたまごソテー 自家製ピクルス 香の物 S 赤魚ムニエル・ブロッコリー	エネルギー 696 kcal 食塩相当量 3.3 g P:F:C 13:23:64 S 744 kcal
14	これ、鉄板コンビ!! 炒飯&鶏南蛮 スマミル弁当ではありません	おたのしみ S おたのしみ	エネルギー kcal 食塩相当量 g P:F:C S kcal

16	お薦め!バジルが香るトマトソース イタリアンハンバーグ 肉野菜炒	白身魚フライ パセリスパゲッティー 小松菜おひたし S 海老とブロッコリー旨煮	エネルギー 729 kcal 食塩相当量 3.4 g P:F:C 15:23:62 S 755 kcal
17	ファンが多い♪甘辛味の牛筋で 国産牛筋コロッケ 豚肉生姜炒	ごぼうとレンズ豆のサラダ 高野豆腐いりこ出汁煮 もやしとニラナムル S 地養鶏味噌だれ	エネルギー 712 kcal 食塩相当量 2.8 g P:F:C 16:27:58 S 848 kcal
18	たんぱく質MAX!!(スマミルとして) 地養鶏中華炒 麻婆豆腐	秋鮭塩焼 ポテトツナサラダ 本格甕出しザーサイ S 茄子と牛ひき肉ピリ辛味噌炒	エネルギー 674 kcal 食塩相当量 3.4 g P:F:C 20:22:58 S 807 kcal
19	押麦で ファイバーライス♪ チーズメンチカツ 辛子ソース	チキンと野菜のホワイトシチュー ミニオムレツ・トマトソース 千切沢庵 S 牛肉柳川風煮	エネルギー 631 kcal 食塩相当量 3.4 g P:F:C 13:26:61 S 781 kcal
20	野菜もしっかり摂れるお献立です チキンフリッター ラタトゥイユソース	茹きキャベツとツナサラダ さつま揚げと人参煮 牛挽肉と大根金平 S 白糸だら揚げ煮	エネルギー 695 kcal 食塩相当量 3.2 g P:F:C 15:24:60 S 805 kcal
21	ファイバーライスでコツコツ腸活 豚焼肉丼 スマミル弁当ではありません	おたのしみ S おたのしみ	エネルギー kcal 食塩相当量 g P:F:C S kcal

◎お手元のお食事は、冷蔵所に保管いただき13:00迄にお召し上がりください。◎食材事情により、お献立を一部変更させていただきます。予めご了承ください。◎カロリー表示は調味料込みです(内、普通盛りライスは300kcal)

◎スマートミールの塩分3.5g未満の効果を活かすため、お味噌汁などの併用はお控えいただけますと幸いです。

◎アレルギー物質特定原材料の玉子・乳製品・小麦粉を含みます。その他の品目はHPをご参照ください。

◎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。◎弊社工場内にそば製麺工場がございます。

◎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いたします。

い和多 日本橋本店

☎ 03(3667)9930 📠 03(3662)4937

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

原料米の産地情報は日本橋本店にお問い合わせください

