



「健康な食事・食環境」認証基準の科学的根拠に基づき
野菜140g以上で献立しています

スマミル弁当の野菜は、きのこ・海藻・芋を含みます。
 食塩相当量は、3.5g未満で調整しています。



大変ご好評をいただいております♪
うなぎ蒲焼き丼 第4弾!

9月26日(金曜日)にお届け致します。詳しくは、
 9月10日に配布の別紙お申込書をご覧ください。

R7.9

9月			①	kcal		
15	敬老の日		②	g		
月			③			
		S			kcal	
16	毎回大人気! 鶏五目釜飯 豚串カツ	もやしおかずサラダ	①	620 kcal	小麦	卵
火		高野豆腐いりこ出汁煮 茄子南蛮	②	3.1 g	乳	
			③	15:27:58		
		S 国産鯖自家製味噌漬焼き		729 kcal		
17	前回大人気!イチ押し月 牛すき&温泉玉子	ハムとひじき和え	①	720 kcal	小麦	卵
水		香の物 小松菜おひたし	②	3.0 g	乳	
			③	15:30:55		
		S 骨なしかれいのバジル焼		832 kcal		
18	スイーツチリソースを加えて♪ グリルチキン オニオンソース	豆腐と豚肉旨煮	①	657 kcal	小麦	卵
木		ぴりぴりもやし	②	2.7 g	乳	
		サウザンポテトサラダ	③	17:24:59		
		S アジフライ・タルタルソース		829 kcal		
19	カロリー14%減!国産押麦ごはん 調理長のカラアゲ タルタルソース	ビーフカレー	①	652 kcal	小麦	卵
金		スパゲティーナポリタン	②	3.4 g	乳	
		蓮根コーンサラダ	③	16:30:54		
		S 銀鮭ムニエル・レモン		789 kcal		
20	もちもち!国産もち麦御飯 鶏南蛮	おたのしみ	①	- kcal	小麦	卵
土			②	- g	乳	
			③	-	かに	
		S おたのしみ			kcal	

22	大人気!海老たっぷり 海老カツ デミグラスハンバーグ	ブロッコリーアヒージョ風	①	695 kcal	小麦	卵
月		辣大根	②	2.7 g	乳	えび
		ハムポテトサラダ	③	13:28:59		
		S おたのしみ			kcal	
23	秋分の日		①	kcal		
火			②	g		
			③			
		S			kcal	
24	お出汁はしっかり塩分控えめ 京風たけのこ御飯 味噌だれ鶏天	岩手県産銀鮭塩焼き	①	705 kcal	小麦	卵
水		大根ソイミートそぼろ煮	②	3.4 g	乳	
		マカロニサラダ	③	20:30:50		
		S がんもと牛肉炊き合わせ		837 kcal		
25	お弁当の定番 アジフライ ミニオムレツ	ビーフン野菜炒め	①	665 kcal	小麦	卵
木		もやし三色ナムル	②	3.1 g	乳	
		菜の花辛子和え	③	13:24:62		
		S 照焼山菜ハンバーグ		835 kcal		
26	新製品 カレーが濃いから美味しい 旨辛カレーメンチ きのこ野菜サラダ	豚肉とじゃが芋オイスター風味	①	630 kcal	小麦	卵
金		ひじき旨煮	②	3.3 g	乳	
		隠元胡麻和え	③	13:24:63		
		S 油淋茄子・ししとう		717 kcal		
27	赤身の豚ロースで美味しい 酢豚	おたのしみ	①	- kcal	小麦	卵
土			②	- g	乳	
			③	-		
		S おたのしみ			kcal	

- ◎お手元のお弁当は、冷暗所に保管していただき13:00までにお召し上がりください。
- ◎①エネルギー②食塩相当量③P:F:Cバランスをお知らせしています。
- ◎アレルギー物質に関する詳細は弊社HPをご参照ください。
- ◎お献立の一部変更も生じますためアレルギーが重篤な方はご理解の上ご利用下さいませ。
- ◎カロリー・食塩相当量表示(普通盛ライス300kcal含)は小袋の調味料込みです。
- ◎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

