

6月	毎回大好評!!	茄子味噌炒	① 681 kcal	小麦	卵
8月	鶏五目飯	大根豚挽き肉きんぴら	② 3.0 g	乳	
		人参春雨和	③ 13:30:57		
		S 胡麻だれ豚しゃぶしゃぶ	834 kcal	落花生	
リニューアル	サーモンメンチ				
9月	ビッグハンバーグ	カリカリアーモンド入りヨポテト	① 735 kcal	小麦	卵
		鰯の南蛮漬	② 2.9 g	乳	
		ピリピリ蒟蒻	③ 13:30:57		
火	デミグラスソース	S ペンネシーザーサラダ	840 kcal		
10月	チーズinメンチカツ	法蓮草とベーコンのソテー	① 652 kcal	小麦	卵
		美味!!黒皮かますつけ焼	② 3.1 g	乳	
		もやしナムル	③ 18.28.54		
水	ポークハヤシ	S とんかつ玉子とじ	903 kcal		
11月	油淋鶏	さつま揚げと人参のサラダ	① 620 kcal	小麦	卵
		青梗菜と干し海老おひたし	② 2.8 g	乳	えび
		パリパリ大根	③ 17:26:56	かに	
木	自家製 麻婆豆腐	S かに玉	734 kcal	落花生	
12月	うずら玉子サラダフライ	ボタン竹輪蒲焼風	① 620 kcal	小麦	卵
		若布と玉葱ポン酢和	② 3.2 g	乳	えび
		隠元辛子醤油	③ 13:22:65	かに	
金	地養鶏五目煮	S 北海道鱈揚げ煮	722 kcal		
13月	カレーピラフ	おたのしみ	① - kcal	小麦	卵
			② - g	乳	えび
			③ -		
土	スマミル弁当ではありません	S おたのしみ	kcal		

15月	い和多のお勧め♪	さっぱりたまご豆腐	① 671 kcal	小麦	卵
		あっさり豚大根	② 3.0 g	乳	
		こってりアーモンドポテトサラダ♪	③ 17:25:57		
調理長のカラアゲ	S めばる煮付け	756 kcal			
16月	牛粗挽きメンチカツ	ベーコン野菜炒	① 721 kcal	小麦	卵
		人参とつきこん炒煮	② 3.2 g	乳	
		花野菜とツナのサラダ	③ 13:28:59		
火	ミートソーススパゲティ	S プレーンオムレツホワイトソース	836 kcal		
17月	鶏竜田黒酢あん	塩分控えめでもしっかり美味しい			
		バンバンポーク	① 670 kcal	小麦	卵
		自家製卵の花	② 2.5 g	乳	
水	小松菜ナムル	③ 13:28:58			
		S 白身魚(メルルーサ)ホイル焼	729 kcal		
18月	豚肉と玉葱すき煮	管理栄養士おすすめ!!			
		法蓮草塩麴和	① 643 kcal	小麦	卵
		ぴりぴりもやし	② 2.3 g	乳	
木	鰯フライ特製タルタルソース	トマトマカロニ	③ 15:30:55		
		S 揚げだし豆腐おろしあんかけ	767 kcal		
19月	中華風弁当	調理長のおすすめ!!			
		北海道鮭ちゃんちゃん焼	① 620 kcal	小麦	卵
		辣大根	② 3.1 g	乳	
金	春巻&たけのこ麻婆	隠元香日和	③ 14:26:60	かに	
		S おたのしみフライ	- kcal	落花生	
20月	油淋豚	もっちりもち食感 国産もち麦ご飯			
		おたのしみ	① - kcal	小麦	卵
			② - g	乳	えび
土	スマミル弁当ではありません	S おたのしみ	kcal		
		③ -		かに	

◎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

