

MENU

3月のメニュー

2024



料金：1食500円*おかず1.5倍：1食600円
 配達時間：～12:00
 受付時間：前日営業日13:00迄

手作りあっとほーむ弁当
 ～みのお味をお届けします～
 箕面市外院3-7-35
 Tel072-730-6950 Fax072-730-6958

食品衛生上、当日14時頃までにお召し上がりください。

月	Monday	火	Tuesday	水	Wednesday	木	Thursday	金	Friday																				
	<p>《お願い》</p> <ul style="list-style-type: none"> 食材の仕入れの関係上、予告なく一部メニューが変更になる場合がありますがご了承ください。 食品衛生上、当日14時頃までにお召し上がり下さい。 弁当容器の回収はしておりません。 	<p>《カロリー表示について》</p> <ul style="list-style-type: none"> メニューに表示されているカロリーはおかずのみのものとなります。 またメニューに記載のない付け合せは表示に含まれていません。 大盛り (250g) 420 Kcal 普通盛り (200g) 336 Kcal 小盛り (150g) 252 Kcal 	<p>おいしい!ヘルシー!V.O.S.メニュー</p> <p>大塚府が定める野菜・油・塩の基準を満たす主食とおかずを組み合わせたメニューです。</p> <p>例</p> <ul style="list-style-type: none"> Vegetable 野菜 120g以上 Oil 脂質エネルギー比率 30%以下 Salt 食塩相当量 3.0g以下 		<p>タラの天ぷら弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草のおひたし <p>292 kcal</p>	4	<p>チキン南蛮弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> スナップエンドウの辛子和え 玉子焼き <p>396 kcal</p>	<p>鯖の塩焼き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> ポテトサラダ 枝豆ととうもろこしのつまみ揚げ <p>400 kcal</p>	<p>豚の生姜焼き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> ひじきと根菜のヘルシーサラダ 卵の花 <p>372 kcal</p>	<p>豚しゃぶ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> ブロッコリーとカリフラワースのサラダ こんにゃくのピリ辛煮 <p>392 kcal</p>	<p>チキンのトマトソース弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 彩りサラダ きのこのマリネ <p>413 kcal</p>	11	<p>春巻き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 春雨のサラダ キャベツの梅和え <p>394 kcal</p>	<p>とんかつ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> さつまいものきんぴら 海藻サラダ <p>408 kcal</p>	<p>チンジャオロース弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> マカロニサラダ 厚揚げの煮物 <p>473 kcal</p>	<p>アジフライ弁当</p> <p>(マヨポンソース)</p> <ul style="list-style-type: none"> ハムサラダ 白和え <p>476 kcal</p>	<p>ハンバーグ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> オニオンサラダ 菜の花の煮びたし <p>340 kcal</p>	18	<p>鶏肉のセサミ揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 野菜サラダ 枝豆と豆腐のふんわり天 <p>428 kcal</p>	<p>ホキの磯辺揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 切干大根の塩昆布和え 蒸し焼売 <p>337 kcal</p>	<p>春分の日</p> <p>祝日の為お休みさせていただきます。</p>	<p>休業</p> <p>誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。</p>	<p>休業</p> <p>誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。</p>	25	<p>アスパラとパプリカの豚肉巻き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 蓮根の明太和え ひじき煮 <p>331 kcal</p>	<p>鯖の梅風味天ぷら弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> がんもとこんにゃくの煮物 なます <p>295 kcal</p>	<p>ハムカツ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> スパゲティサラダ 若竹煮 <p>410 kcal</p>	<p>鶏のから揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 水菜のシャキシャキサラダ こんにゃくの白和え <p>345 kcal</p>	<p>かき揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐の煮物 もっちり水餃子 <p>416 kcal</p>
4	<p>チキン南蛮弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> スナップエンドウの辛子和え 玉子焼き <p>396 kcal</p>	<p>鯖の塩焼き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> ポテトサラダ 枝豆ととうもろこしのつまみ揚げ <p>400 kcal</p>	<p>豚の生姜焼き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> ひじきと根菜のヘルシーサラダ 卵の花 <p>372 kcal</p>	<p>豚しゃぶ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> ブロッコリーとカリフラワースのサラダ こんにゃくのピリ辛煮 <p>392 kcal</p>	<p>チキンのトマトソース弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 彩りサラダ きのこのマリネ <p>413 kcal</p>	11	<p>春巻き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 春雨のサラダ キャベツの梅和え <p>394 kcal</p>	<p>とんかつ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> さつまいものきんぴら 海藻サラダ <p>408 kcal</p>	<p>チンジャオロース弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> マカロニサラダ 厚揚げの煮物 <p>473 kcal</p>	<p>アジフライ弁当</p> <p>(マヨポンソース)</p> <ul style="list-style-type: none"> ハムサラダ 白和え <p>476 kcal</p>	<p>ハンバーグ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> オニオンサラダ 菜の花の煮びたし <p>340 kcal</p>	18	<p>鶏肉のセサミ揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 野菜サラダ 枝豆と豆腐のふんわり天 <p>428 kcal</p>	<p>ホキの磯辺揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 切干大根の塩昆布和え 蒸し焼売 <p>337 kcal</p>	<p>春分の日</p> <p>祝日の為お休みさせていただきます。</p>	<p>休業</p> <p>誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。</p>	<p>休業</p> <p>誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。</p>	25	<p>アスパラとパプリカの豚肉巻き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 蓮根の明太和え ひじき煮 <p>331 kcal</p>	<p>鯖の梅風味天ぷら弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> がんもとこんにゃくの煮物 なます <p>295 kcal</p>	<p>ハムカツ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> スパゲティサラダ 若竹煮 <p>410 kcal</p>	<p>鶏のから揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 水菜のシャキシャキサラダ こんにゃくの白和え <p>345 kcal</p>	<p>かき揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐の煮物 もっちり水餃子 <p>416 kcal</p>						
11	<p>春巻き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 春雨のサラダ キャベツの梅和え <p>394 kcal</p>	<p>とんかつ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> さつまいものきんぴら 海藻サラダ <p>408 kcal</p>	<p>チンジャオロース弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> マカロニサラダ 厚揚げの煮物 <p>473 kcal</p>	<p>アジフライ弁当</p> <p>(マヨポンソース)</p> <ul style="list-style-type: none"> ハムサラダ 白和え <p>476 kcal</p>	<p>ハンバーグ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> オニオンサラダ 菜の花の煮びたし <p>340 kcal</p>	18	<p>鶏肉のセサミ揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 野菜サラダ 枝豆と豆腐のふんわり天 <p>428 kcal</p>	<p>ホキの磯辺揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 切干大根の塩昆布和え 蒸し焼売 <p>337 kcal</p>	<p>春分の日</p> <p>祝日の為お休みさせていただきます。</p>	<p>休業</p> <p>誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。</p>	<p>休業</p> <p>誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。</p>	25	<p>アスパラとパプリカの豚肉巻き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 蓮根の明太和え ひじき煮 <p>331 kcal</p>	<p>鯖の梅風味天ぷら弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> がんもとこんにゃくの煮物 なます <p>295 kcal</p>	<p>ハムカツ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> スパゲティサラダ 若竹煮 <p>410 kcal</p>	<p>鶏のから揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 水菜のシャキシャキサラダ こんにゃくの白和え <p>345 kcal</p>	<p>かき揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐の煮物 もっちり水餃子 <p>416 kcal</p>												
18	<p>鶏肉のセサミ揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 野菜サラダ 枝豆と豆腐のふんわり天 <p>428 kcal</p>	<p>ホキの磯辺揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 切干大根の塩昆布和え 蒸し焼売 <p>337 kcal</p>	<p>春分の日</p> <p>祝日の為お休みさせていただきます。</p>	<p>休業</p> <p>誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。</p>	<p>休業</p> <p>誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。</p>	25	<p>アスパラとパプリカの豚肉巻き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 蓮根の明太和え ひじき煮 <p>331 kcal</p>	<p>鯖の梅風味天ぷら弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> がんもとこんにゃくの煮物 なます <p>295 kcal</p>	<p>ハムカツ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> スパゲティサラダ 若竹煮 <p>410 kcal</p>	<p>鶏のから揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 水菜のシャキシャキサラダ こんにゃくの白和え <p>345 kcal</p>	<p>かき揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐の煮物 もっちり水餃子 <p>416 kcal</p>																		
25	<p>アスパラとパプリカの豚肉巻き弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 蓮根の明太和え ひじき煮 <p>331 kcal</p>	<p>鯖の梅風味天ぷら弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> がんもとこんにゃくの煮物 なます <p>295 kcal</p>	<p>ハムカツ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> スパゲティサラダ 若竹煮 <p>410 kcal</p>	<p>鶏のから揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 水菜のシャキシャキサラダ こんにゃくの白和え <p>345 kcal</p>	<p>かき揚げ弁当</p> <ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐の煮物 もっちり水餃子 <p>416 kcal</p>																								