

MENU

## 7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
1	<b>コーンコロッセ弁当</b> ・春雨サラダ ・枝豆と豆腐のふんわり天 349 kcal	<b>タラの磯辺揚げ弁当</b> ・蓮根のきんぴら ・海藻サラダ 338 kcal	<b>グリルチキン弁当</b> (オニオンソース) ・ごぼうのから揚げ ・厚揚げの煮物 427 kcal	<b>ハムカツ弁当</b> ・ブロッコリーとコーンの パスタ ・三色なます 412 kcal	<b>油淋鶏弁当</b> ・餃子サラダ ・玉子焼き 394 kcal				
8	<b>マーボー茄子弁当</b> ・竹輪の磯辺揚げ ・キャベツの塩昆布和え 377 kcal	<b>メンチカツ弁当</b> ・グリーンサラダ ・カニカマの酢の物 350 kcal	<b>ホキのチリソース弁当</b> ・いんげんと人参のツナ和え ・チキンナゲット 346 kcal	<b>鶏の唐揚げ弁当</b> ・中華風もやしの和え物 ・白和え 382 kcal	<b>豚しゃぶ弁当</b> (ゴマだれ) ・スパゲティーサラダ ・かぼちゃの煮物 361 kcal				
15	<b>海の日</b> 祝日の為お休みさせていただきます。 	<b>休業</b> 誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。 	<b>チキンのクリームソース弁当</b> ・彩りサラダ ・とうもろこしのつまみ揚げ 421 kcal	<b>アジフライ弁当</b> (オーロラソース) ・ベーコンサラダ ・がんもの煮物 429 kcal	<b>ハンバーグ弁当</b> (おろしポン酢) ・水菜のあっさりサラダ ・玉子焼き 362 kcal				
22	<b>鶏肉の味噌焼き弁当</b> ・ごぼうの唐揚げ ・湯葉とオクラと昆布の和え物 356 kcal	<b>ロースとんかつ弁当</b> ・和風サラダ ・卵の花 426 kcal	<b>青椒肉絲弁当</b> ・マカロニサラダ ・紅あずまの甘露煮 474 kcal	<b>チキン南蛮弁当</b> ・焼きナス ・プチトマトサラダ 374 kcal	<b>鯖の塩焼き弁当</b> ・ポテトサラダ ・ほうれん草のゴマ和え 366 kcal				
29	<b>ごろっとイカメンチ弁当</b> ・ハムサラダ ・蒸し焼売 442 kcal	<b>豚の生姜焼き弁当</b> ・スナップエンドウのサラダ ・糸コンの明太子和え 417 kcal	<b>春巻き弁当</b> ・中華くらげサラダ ・もっちり水餃子 383 kcal	<b>《お願い》</b> ・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。	<b>《カロリー表示について》</b> ・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)390Kcal ・普通盛り(200g)312Kcal ・小盛り(150g)234Kcal				