

MENU

5月のメニュー
2025

価格改定のお知らせ
500円ご飯大盛 ⇒ 550円
600円ご飯大盛 ⇒ 650円

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
~みのおの味をお届けします~
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

《お願い》

- ・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。

《カロリー表示について》

- ・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

おいしー! ヘルシー! V.O.S.メニュー

V.O.S.メニューってなに? ▶ 大阪府が定める野菜・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。

1食あたりの基準

- Vegetable 野菜 120g以上
- Oil 植物油エネルギー比率 30%以下
- Salt 食塩相当量 3.0g以下

このマークが貼られたメニューは、不足しがちな野菜をしっかりとりとることができます。また、油の量を控えめなメニューです。

メンチカツ弁当

- ・蓮根のカレー炒め
- ・なます

412
kcal

麻婆厚揚げ弁当

- ・中華くらげのサラダ
- ・揚げ焼売

353
kcal

こどもの日

5

祝日の為、お休みさせていただきます。

振替休日

6

祝日の為、お休みさせていただきます。

休業

7

誠に勝手ながらお休みさせていただきます。

鶏の唐揚げ弁当

- ・春雨サラダ
- ・枝豆コーン

329
kcal

白身フライ弁当

(タルタルソース)

- ・和風サラダ
- ・青菜の煮びたし

264
kcal

揚げ茄子とキーマカレー弁当

12

- ・スナップエンドウのサラダ
- ・きゅうりの酢の物

342
kcal

豚の生姜焼き弁当

13

- ・きんぴらごぼう
- ・ほうれん草の白和え

351
kcal

鯖の西京焼き弁当

14

- ・竹輪の磯辺揚げ
- ・いんげんのピーナツ和え

324
kcal

チーズチキンカツ弁当

15

- ・あっさりサラダ
- ・ピリ辛玉こんにゃく

294
kcal

ハンバーグ弁当

(デミソース)

- ・グリーンサラダ
- ・フライドポテト

325
kcal

ハムカツ弁当

19

- ・カニカマサラダ
- ・切干大根

468
kcal

ホキの天ぷら弁当

20

- ・野菜サラダ
- ・もっちり水餃子

306
kcal

ハーフチキン弁当

21

- ・もやしとパプリカのナムル
- ・蓮根はさみ揚げ

318
kcal

豚の味噌マヨ焼き弁当

22

- ・高野豆腐の煮物
- ・枝豆とうもろこしの摘み揚げ

461
kcal

チキン南蛮弁当

23

- ・彩りサラダ
- ・ひじき煮

437
kcal

鶏肉のBBQソース弁当

26

- ・ごぼうの唐揚げ
- ・ツナマカロニサラダ

437
kcal

アジフライ弁当

(ウスターソース)

27

- ・スパゲティーサラダ
- ・卵の花

557
kcal

コーンコロツケ弁当

28

- ・ベーコンサラダ
- ・玉子焼き

373
kcal

鶏肉のホワイトソース弁当

29

- ・とうもろこしの香ばし揚げ
- ・海藻サラダ

385
kcal

春巻き弁当

30

- ・バンバンジーサラダ
- ・お豆の煮物

453
kcal