

MENU

6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
	鶏の唐揚げ弁当 ・和風サラダ ・玉子焼き 323 kcal	豚の生姜焼き弁当 ・きんぴらごぼう ・枝豆とトウモロコシの摘み揚げ 353 kcal	ささみのチーズしそフライ弁当 ・彩りサラダ ・揚げ茄子の煮びたし 452 kcal	鯖の塩焼き弁当 ・ごろっとジャガイモサラダ ・ゴマ団子 381 kcal	カレーコロッケ弁当 ・グリーンサラダ ・切干大根 325 kcal				
	ミラノ風とんかつ弁当 ・高野豆腐の煮物 ・タラモサラダ 588 kcal	麻婆茄子弁当 ・マカロニサラダ ・玉子焼き 395 kcal	チキン南蛮弁当 ・春雨サラダ ・厚揚げの煮物 425 kcal	サーモンフライ弁当 (オーロラソース) ・もやしとパプリカのサラダ ・枝豆と豆腐のふんわり 248 kcal	豚の天ぷら弁当 ・焼き茄子 ・海藻サラダ 304 kcal				
	メンチカツ弁当 ・ブロッコリーとカリフラワーのサラダ ・わかめの酢の物 405 kcal	スパイシーチキン弁当 ・ポテトサラダ ・卵の花 418 kcal	ピーマンの肉詰めフライ弁当 ・切り干し大根の煮物 ・三色なます 402 kcal	豚バラのネギ塩炒め弁当 ・イカと糸こんの明太子サラダ ・蒸し焼売 311 kcal	カニクリームコロッケ弁当 ・ハムサラダ ・もちり水餃子 393 kcal				
	豚の味噌焼き弁当 ・ごぼうの唐揚げ ・こんにゃくのピリ辛煮 340 kcal	タラの天ぷら弁当 ・竹輪の煮物 ・おくらとしめじの和え物 315 kcal	エビフライ弁当 (タルタルソース) ・野菜サラダ ・玉子焼き 288 kcal	チキンのクリームソース弁当 ・揚げごぼうのサラダ ・ひじき煮 405 kcal	春巻き弁当 ・こんにゃくとどんこの煮物 ・コーンサラダ 410 kcal				
	塩唐揚げ弁当 ・スパゲティーサラダ ・玉子焼き 414 kcal		《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いません。	《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	《おいしい!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 脂肪エネルギー比率 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、市販品も含め野菜をしっかりとお召し上がりいただけます。 また、油に塩の量を抑えたメニューです。				