

MENU **8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

《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

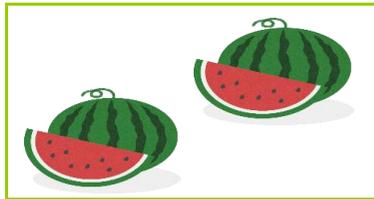
おいしい!ヘルシー!V.O.S.メニュー

V.O.S.メニューってなに? ▶ 大阪府が定める野菜・油・塩の基準を満たす野菜とおかずを組み合わせたメニューです。

食生活の基準

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

このマークが付いたメニューは、栄養士が作った野菜をしっかりとるメニューです。また、塩の量を控えたメニューです。



メンチカツ弁当

1
 ・根菜サラダ
 ・こんにゃくのピリ辛煮

365 kcal

4 カニクリームコロッケ弁当
 (デミソース)
 ・きのこのパスタ
 ・玉子焼き

409 kcal

5 豚の生姜焼き弁当
 ・シャキシャキ水菜サラダ
 ・とうもろこしの香ばし揚げ

354 kcal

6 ささみチーズしそフライ弁当
 ・蓮根のきんぴら
 ・コールスローサラダ

453 kcal

7 たらん天ぷら弁当
 ・切干大根
 ・ポテトサラダ

322 kcal

8 バジルチキン弁当
 ・イタリアンサラダ
 ・蓮根の挟み揚げ

347 kcal

11 山の日
 祝日の為お休みさせていただきます。

12 チーズインハンバーグ弁当
 ・野菜の炊き合わせ
 ・海藻サラダ

445 kcal

13 アジフライ弁当
 (マヨポンソース)
 ・餃子サラダ
 ・ひじき煮

482 kcal

14 臨時休業
 誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。

15 臨時休業
 誠に勝手ながら、お休みさせていただきます。

kcal

18 春巻き弁当
 ・中華くらげのサラダ
 ・卵の花

416 kcal

19 エビフライ弁当
 (タルタルソース)
 ・彩りサラダ
 ・厚揚げの煮物

356 kcal

20 豚肉の味噌焼き弁当
 ・ごぼうの唐揚げ
 ・枝豆とコーンの塩和え

462 kcal

21 明太子コロッケ弁当
 ・大根とこんにゃくの田楽
 ・もちり水餃子

303 kcal

22 油淋鶏弁当
 ・マカロニサラダ
 ・三色なます

463 kcal

25 ハムカツ弁当
 ・高野豆腐とオクラの和え物
 ・ごぼうサラダ

476 kcal

26 鶏の塩唐揚げ弁当
 ・春雨サラダ
 ・がんもの煮物

337 kcal

27 牛すじコロッケ弁当
 ・ゴロゴロ蒸し野菜サラダ
 ・玉子焼き

399 kcal

28 韓国風グリルチキン弁当
 (ビビンバ風)
 ・グリーンサラダ
 ・こんにゃくの煮物

384 kcal

29 サーモンフライ弁当
 (オーロラソース)
 ・カニカマサラダ
 ・里芋の煮物

338 kcal