

MENU

9月

のメニュー

2026



価格改定のお知らせ
500円・550円 ⇒ 600円
おかず1.5倍 ⇒ 終了

料金: 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
	箕面市環境クリーンセンターの※ アクアポニックス で採れた 野菜 を使用しています。 ※ 水耕栽培 と 陸上養殖	1 牛肉コロッケ弁当 ・ごろっと野菜の胡麻和え ・厚揚げの煮物 414 kcal	2 鶏団子の中華風甘煮弁当 ・ごぼうの唐揚げ ・ブロッコリーのマヨ和え 470 kcal	3 白身フライ弁当 ・カニカマ入り野菜サラダ ・ひじき煮 334 kcal	4 油淋鶏弁当 ・蓮根のごまドレサラダ ・お豆の煮物 454 kcal				
7	ホキのチリソース弁当 ・焼き茄子 ・キャベツとハムのサラダ 304 kcal	8 照り焼きチキン弁当 ・マカロニサラダ ・小松菜の煮びたし 402 kcal	9 ポークソテー弁当 (粒マスタードソース) ・グリーンサラダ ・卵の花 344 kcal	10 春巻き弁当 ・揚げ茄子の中華風和え物 ・ピーマンと人参のきんぴら 444 kcal	11 ハンバーグ弁当 (オニオンソース) ・ごぼうサラダ ・高野豆腐の煮物 412 kcal				
14	鶏の唐揚げ弁当 ・スパゲティサラダ ・ほうれん草とコーンのソテー 417 kcal	15 タラの磯辺揚げ弁当 ・大根と里芋の煮物 ・人参とツナのマヨサラダ 378 kcal	16 メンチカツ弁当 ・きんぴらごぼう ・厚揚げとキノコの和風煮 405 kcal	17 豚肉のおろしポン酢弁当 ・がんもとこんにやくの煮物 ・白菜の塩昆布和え 352 kcal	18 カニクリームコロッケ弁当 ・豆腐とわかめのサラダ ・切り干し大根 353 kcal				
21	敬老の日 祝日の為お休みさせていただきます。	22 国民の休日 祝日の為お休みさせていただきます。	23 秋分の日 祝日の為お休みさせていただきます。	24 アジフライ弁当 (ウスターソース) ・ポテトサラダ ・玉子焼き 474 kcal	25 豚の生姜焼き弁当 ・春雨サラダ ・彩り野菜の白和え 351 kcal				
28	青椒肉絲弁当 ・もやしときゅうりの中華風サラダ ・蒸し焼売 387 kcal	29 とんかつ弁当 ・野菜の炊き合わせ ・玉子焼き 455 kcal	30 チキンのトマトソース弁当 ・ブロッコリーとカリフラワーのフレンチサラダ ・ごぼうの甘辛炒め 422 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。 ・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 ・極小盛り(100g)156Kcal									

※調理・加工の過程で微量のアレルゲンが混入する可能性がありますので、重度のアレルギーをお持ちの方は、十分にご注意ください。何かご不明点がございましたらお問い合わせください。