

月刊 つなぐ

2024年
11月号



えびに帆立に
4種の野菜天が
嬉しい天重です。

**大
好評!**

海鮮天重

1,030円
税込1,112円

注文締切日 お届けの3日前まで
お届け日 **11月25日(月)~11月29日(金)**



11月3日(日)は文化の日

文化の日弁当 **新**

1,350円
税込1,458円

**今
だけ!**

注文締切日 11月1日(金)
お届け日 **11月4日(月)**

おしながき

さつまいも五目ごはん
照焼きチキン
赤魚の西京漬け
煮しめ
いかと枝豆のソテー
かぼちゃコロケ
大福
漬物



おいしくて、身体にやさしい

おしながき
・竹の子ちらし寿司
・さつま手とくるみのサラダ
・ひじきの煮物
・豚ロース生妻焼きと海鮮しゅうまい
・鯖の麹漬け焼きと黄金育ちの玉子焼き
・海老しんじょうのきのこあんかけ
・小松菜と人参のナムル
・金時煮豆

まごわやさしい 弁当

1,200円 税込1,296円

注文締切日 11月13日(水)
お届け日 **11月16日(土)**



キムチ鍋(うどん入り)

830円 税込896円

注文締切日 11月6日(水)
お届け日 **11月9日(土)**



満腹! 大きなエビフライ弁当

998円 税込1,078円

復刻!

注文締切日 お届けの3日前まで
お届け日 **11月4日(月)~11月8日(金)**



お寿司9貫

1,278円 税込1,380円

注文締切日 11月15日(金)
お届け日 **11月23日(土)**



やわらかジンギスカンと 彩り野菜のわっぱ飯

1,000円
税込1,080円

注文締切日 11月27日(水)
お届け日 **11月30日(土)**



※(賞00日)お届けした日から、お届け商品に記載の消費・賞味期限までの日数を表示しています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認のうえ、お早めにお召し上がりください。
※(当日中)お届け日中にお召し上がりください。一部、翌日の途中で消費・賞味になるものもあります。
※(賞00日)冷凍商品のお届けは賞味期限の1/2を目安にお届けしています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認の上、お早めにお召し上がりください。
※マークのない商品はお届け日当日の夜10時までにお召し上がりください。

お弁当の変更は**3日前**までに**電話**でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949

●ご注文 ☎0120・279・949 受付時間/月~土曜10:00~18:00 ※日曜休み ※対応品質向上のために通話内容を録音させていただいております。
※サイドメニューのご注文はお弁当と一緒に1点から、サイドメニューのみのご注文は2点から可能です。

佐藤水産
四色どんぶり
1,350円
税込1,458円

注文締切日 11月11日(月)
お届け日 11月14日(木)

佐藤水産
ホタテ三味
1,450円
税込1,566円

注文締切日 11月25日(月)
お届け日 11月28日(木)

ビビンバ丼
798円
税込862円

注文締切日 お届けの3日前まで
お届け日 11月18日(月)~11月22日(金)

大徳食品 **和風パスタ(香り白だし)**
425円 税込459円

注文締切日 11月20日(水)
お届け日 11月27日(水)

サイドメニュー

C-Sweets
シュークリーム 当日中
サイドメニュー

1個 155円 税込167円
3個入 461円 税込498円

注文締切日 11月23日(土)
お届け日 11月27日(水)

自慢のカレー たまねぎたっぷり、甘みとコクを引き出しました。
トレイサイズ:横247mm×縦152mm×高さ55mm

とんかつカレー 780円 税込842円 (858kcal)
カレーライス 580円 税込626円 (585kcal)
えびフライカレー 780円 税込842円 (700kcal)

道産米ごはん サイドメニュー
ごはん(白米) 150g 86円 税込93円
※写真はごはんの盛り付けイメージです。

サイドメニュー **袋入りサラダ**
ごはん・カレー・サラダは月曜から土曜までお好きな曜日にお届けできます。ご注文・変更・キャンセルは3日前まで

1番人気! ミックス10品目サラダ 90g 128円 税込138円 当日中
千切りのキャベツ 120g 95円 税込103円 当日中
いろいろキャベツ 90g 95円 税込103円 当日中
だいこんサラダ 110g 128円 税込138円 当日中

お召上がり期限 松竹梅のお弁当のお召上がり方

つなぐ本紙にて消費期限の記載がない商品は、冷蔵庫で保管してお届けした当日の夜10時までにお召上がりください。

(目安)
500W 1分30秒
600W 1分10秒
800W 50秒

レンジで温めると、よりおいしくお召上がりいただけます。メニューやお使いのレンジの機種により、温め時間が多少異なります。

〈お願い〉お召上がり後の容器のご返却について

容器のすすぎ洗いに
ご協力ください。
松と梅の容器は、軽く水洗いしご返却ください。
竹の容器は、中仕切り(使い捨てです)を自主廃棄の上、外容器をご返却ください。

松 要返却
竹 要返却
梅 要返却

※中仕切りは使い捨てです。自主廃棄をお願いいたします。

日曜弁当かつろぎのお召上がり方

お届けした日から3日以内にお召上がりください。(金曜お届け、消費期限は日曜日まで)

冷蔵庫で保管してください。

レンジで温める際は、容器のフィルムの端を少し開けてください。商品ラベルに記載の温め時間を目安にしてください。

お召上がり後はご家庭で容器(使い捨てです)の自主廃棄をお願いいたします。

※(賞0日) お届けした日から、お届け商品に記載の消費・賞味期限までの日数を表示しています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認のうえ、お早めにお召上がりください。
※(当日中) お届け日中にお召上がりください。一部、翌日の途中で消費・賞味になるものもあります。
※(賞0日) 冷凍商品のお届けは賞味期限の1/2を目安にお届けしています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認の上、お早めにお召上がりください。
※マークのない商品はお届け日当日の夜10時までにお召上がりください。

お弁当の変更は3日前までに電話でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949

週の注目商品はコチラ!

●11月第1週(11月4日~11月9日)

平日・週替わりメニュー	土曜・プレミアム	水曜デザート	祝日特別企画
注文締切日:お届けの3日前まで 11月4日(月)~11月8日(金)お届け 満腹!大きなエビフライ弁当 998円 税込1,078円 (680kcal) 復刻!	注文締切日:11月6日(水) 11月9日(土)お届け キムチ鍋(うどん入り) 830円 税込896円 (434kcal)	注文締切日:10月31日(木) 11月6日(水)お届け 日曜 串だんごしょうゆ 新 160円 税込173円 (372kcal) 賞3日 サイドメニュー	注文締切日:11月1日(金) 11月4日(月)お届け 文化の日弁当 新 1,350円 税込1,458円 (727kcal) 今だけ!

●11月第2週(11月11日~11月16日)

平日・週替わりメニュー	土曜・プレミアム	水曜デザート	今週の空弁
注文締切日:お届けの3日前まで 11月11日(月)~11月15日(金)お届け ジャージャー麺 924円 税込998円 (541kcal)	注文締切日:11月13日(水) 11月16日(土)お届け まごわやさしい弁当 1,200円 税込1,296円 (858kcal)	注文締切日:11月9日(土) 11月13日(水)お届け C-sweets 牛乳プリン 136円 税込147円 (123kcal) 当日中 サイドメニュー	注文締切日:11月11日(月) 11月14日(木)お届け 佐藤水産 四色どんぶり 1,350円 税込1,458円 (406kcal) 当日中

●11月第3週(11月18日~11月23日)

平日・週替わりメニュー	土曜・プレミアム	水曜デザート	祝日特別企画	祝日特別企画
注文締切日:お届けの3日前まで 11月18日(月)~11月22日(金)お届け ビビンバ丼 798円 税込862円 (639kcal)	注文締切日:11月20日(水) 11月23日(土)お届け かにめし 1,480円 税込1,598円 (554kcal)	注文締切日:11月16日(土) 11月20日(水)お届け とち製菓 大きな白玉ぜんざい 298円 税込322円 (369kcal) 賞3日 サイドメニュー	注文締切日:11月15日(金) 11月23日(土)お届け お寿司9貫 1,278円 税込1,380円 (403kcal)	注文締切日:11月15日(金) 11月23日(土)お届け 茶碗蒸し2個セット 550円 税込594円 (109kcal) 賞2日 サイドメニュー

●11月第4週(11月25日~11月30日)

平日・週替わりメニュー	土曜・プレミアム	水曜デザート	今週の空弁	今週の種類
注文締切日:お届けの3日前まで 11月25日(月)~11月29日(金)お届け 海鮮天重 1,030円 税込1,112円 (615kcal)	注文締切日:11月27日(水) 11月30日(土)お届け やわらかジギスカンと 彩り野菜のわっぱ飯 今だけ! 1,000円 税込1,080円 (583kcal)	注文締切日:11月23日(土) 11月27日(水)お届け C-Sweets シュークリーム 1個 155円 税込167円 (252kcal) 3個入 461円 税込498円 (756kcal) 当日中 サイドメニュー	注文締切日:11月25日(月) 11月28日(木)お届け 佐藤水産 ホタテ三味 1,450円 税込1,566円 (649kcal) 当日中	注文締切日:11月20日(水) 11月27日(水)お届け 大徳食品 和風パスタ(香り白だし) 425円 税込459円 (357kcal) 当日中 サイドメニュー

※(賞0日) お届けした日から、お届け商品に記載の消費・賞味期限までの日数を表示しています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認のうえ、お早めにお召上がりください。
※(当日中) お届け日中にお召上がりください。一部、翌日の途中で消費・賞味になるものもあります。
※(賞0日) 冷凍商品のお届けは賞味期限の1/2を目安にお届けしています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認の上、お早めにお召上がりください。
※マークのない商品はお届け日当日の夜10時までにお召上がりください。

お弁当の変更は3日前までに電話でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949

11月第1週〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

※写真はイメージです。掲載写真から一部具材が変更になる場合がございます。

竹・梅の主菜は①-③をお選びください

日	松 デラックス 和食・洋食・中華を日替わりで。 843円 税込910円		竹 バランス 塩分2.5g以下、280kcal(±10%) 703円 税込759円		梅 ライト 583円 税込630円		いつでもメニュー		週 の 注 目 商 品
	ごはん・カレー		袋入りサラダ		ごはん・カレー		袋入りサラダ		
11月4日(月) 振替休日		中華 ・海鮮入り八宝菜 ・ブロッコリーのオイスターソース ・ジュシー焼き餃子 ・やわらか鶏のサラダ	A 鶏肉のバター醤油	B 鮭の粕漬焼き	A ポークチャップ	B シーフードの中華風炒め	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり 満腹!大きなエビフライ弁当
11月5日(火)		洋食 ・ビーフストロガノフ ・キャベツとあさりの白ワイン蒸し ・スライスポテのチーズグラタン ・レタスとツナのレモンサラダ	A 噴火湾産さばの塩焼き	B 牛肉とピーマンのオイスター炒め	A はんぺんと木耳の卵炒め	B 鶏肉といんげんの味噌炒め	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり 満腹!大きなエビフライ弁当
11月6日(水)		和食 ・たらのもみじ焼き ・竹の子とわかめの炊き合わせ ・揚げ出し豆腐 ・むき枝豆とはんぺんのみぞれ和え	A 豚肉と玉葱の炒め物	B 道産かすべの唐揚げ	A 鶏肉とカリフラワーの炒め物	B あじフライ	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり 満腹!大きなエビフライ弁当
11月7日(木)		洋食 ・バジルチキン ・カリフラワーとベーコンのソテー ・帆立と野菜の炒め煮 ・炒り卵と3品目のサラダ	A 赤魚の梅煮	B チキンステーキアップルソース	A 厚揚げのピリ辛炒め	B 豚肉と野菜のスープ煮	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり 満腹!大きなエビフライ弁当
11月8日(金)		和食 ・牛肉とごぼうの柳川風 ・青菜ときこの塩麹炒め ・野菜のつぶら3種盛り ・胡瓜としらすの青しそ和え	A 鶏肉とピーマンの味噌炒め	B ほきの塩だれかけ	A 豚肉ともやしの塩炒め	B たらのみりん漬焼き	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり 満腹!大きなエビフライ弁当
11月9日(土)		中華 ・白身魚の甘酢あん ・小松菜の炒め物 ・にら饅頭 ・程よい甘さの大学芋	A にしんの生姜煮	B 豚肉の梅みそ炒め	A 豆腐バーグ	B 鶏の唐揚げ	ごはん(白米)	ミックス10品目	土曜プレ キムチ鍋

※竹バランスの写真は主菜のみを盛り付撮影しております。

日曜 かつろぎ
配達のない日曜日のお食事に!

A 鱈の西京味噌漬焼き
賞3日 197kcal

B チキンカツ
賞3日 317kcal

共通副菜 ●トミさんの切干煮 ●がんもどんしょうの炊き合わせ ●小松菜のお浸し ●桜大根

638円 税込689円

注文締切日 10月30日(水)
お届け日 11月8日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

日曜 かつろぎ
配達のない日曜日のお食事に!

A さばの味噌煮
賞3日 373kcal

B 麻婆豆腐
賞3日 247kcal

共通副菜 ●トミさんきんぴら ●かぼちゃのそぼろあん ●大根のゆかり和え ●金時煮豆

638円 税込689円

注文締切日 11月6日(水)
お届け日 11月15日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。
新マークのメニューは、新登場のメニューです。

お弁当の変更は3日前までに電話でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949

11月第2週〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

※写真はイメージです。掲載写真から一部具材が変更になる場合がございます。

竹・梅の主菜は①-③をお選びください

日	松 デラックス 和食・洋食・中華を日替わりで。 843円 税込910円		竹 バランス 塩分2.5g以下、280kcal(±10%) 703円 税込759円		梅 ライト 583円 税込630円		いつでもメニュー		週 の 注 目 商 品
	ごはん・カレー		袋入りサラダ		ごはん・カレー		袋入りサラダ		
11月11日(月)		洋食 ・トンテキ ・スナップエンドウのイタリアン風炒め ・えびフライ ・オニオンサラダ	A ミルフィユカツイ	B 羅臼産浅羽がれの塩焼き	A 鶏肉の甘酢あんかけ	B 高野豆腐とこんにゃくの炒め煮	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり ジャージャー麺
11月12日(火)		和食 ・紅鮭の塩焼き ・筑前煮 ・南瓜の胡桃黒蜜かけ ・三菜の辛子和え	A そいの幽庵焼き	B 鶏肉のマヨネーズ炒め	A あじフライ	B 豚肉のオニオンソース	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり ジャージャー麺
11月13日(水)		中華 ・さばの中華風野菜あん ・くわいと海鮮炒めの玉子帽子 ・パリパリ春巻き ・豆腐サラダ	A 鶏肉の照焼き	B 北海道産ますフライ	A 豚肉と玉葱の甘辛炒め	B 厚揚げとチンゲン菜の中華煮	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり ジャージャー麺
11月14日(木)		和食 ・ジュシー塩ザンギ ・切干大根とあさり炒り煮 ・牛肉と里芋の甘辛煮 ・しらすと胡瓜の酢の物	A 羅臼産秋鮭のパン粉焼き	B 豚肉のすき焼き風煮	A お麩のブルコギ風	B 根菜と肉団子の煮物	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり ジャージャー麺
11月15日(金)		中華 ・えびのナッツ入り甘辛炒め ・大きな肉焼売 ・五目あんかけ焼きそば ・蒟蒻寒天と海藻の中華和え	A 牛肉と竹の子の中華炒め	B 赤魚の粕漬焼き	A 鶏肉の生姜炒め	B はんぺんの甘辛炒め	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり ジャージャー麺
11月16日(土)		和食 ・小樽産真ほっけの塩焼き ・パチパチ炒めた雷豆腐 ・牛肉じゃが ・かぶの柚子和え	A ほっけの唐揚げ野菜あんかけ	B チキンソースのトマトソース	A 野菜のスクランブルエッグ	B 豚肉のスタミナ炒め	ごはん(白米)	ミックス10品目	土曜プレ まごわやさしい弁当

※竹バランスの写真は主菜のみを盛り付撮影しております。

日曜 かつろぎ
配達のない日曜日のお食事に!

A さばの味噌煮
賞3日 373kcal

B 麻婆豆腐
賞3日 247kcal

共通副菜 ●トミさんきんぴら ●かぼちゃのそぼろあん ●大根のゆかり和え ●金時煮豆

638円 税込689円

注文締切日 11月6日(水)
お届け日 11月15日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

日曜 かつろぎ
配達のない日曜日のお食事に!

A さばの味噌煮
賞3日 373kcal

B 麻婆豆腐
賞3日 247kcal

共通副菜 ●トミさんきんぴら ●かぼちゃのそぼろあん ●大根のゆかり和え ●金時煮豆

638円 税込689円

注文締切日 11月6日(水)
お届け日 11月15日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。
新マークのメニューは、新登場のメニューです。

お弁当の変更は3日前までに電話でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949

11月第3週〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

※写真はイメージです。掲載写真から一部具材が変更になる場合がございます。

竹・梅の主菜は①-③をお選びください

松 デラックス	和食・洋食・中華を日替わりで。	竹 バランス	塩分2.5g以下、280kcal(±10%)	梅 ライト	塩分2.5g以下、280kcal(±10%)	いつでもメニュー	ごはん・カレー	袋入りサラダ	週の注目商品	
11月18日(月)	洋食 好評 ・ハンバーグステーキ ・野菜ポトフ ・カリフラワーとエビのチーズグリル ・北海道産ベビーホタテの特製マヨネーズ仕立て	洋食 好評 ・豚の角煮 ・茄子の辛みそ麻婆 ・冬瓜の海鮮風味あん ・キャベツのあっさり塩ナムル	洋食 好評 ・羽根産真だらの香草フライ ・挽肉と大豆のスパイシー炒め ・鶏肉のマーマレード焼き ・リボンパスタのサラダ	中華 好評 ・えびと卵のチリソース煮 ・木耳と野菜の塩炒め ・肉団子～甘酢あんかけ～ ・鶏ささみの棒々鶏	和食 好評 ・さばのもろみ漬け焼き ・とり天 ・すだちおろし添え ・茶碗蒸し ・さつま芋と銀杏の白和え	中華 好評 ・まるやか黒酢豚 ・麻婆春雨 ・帆立貝のクリーム煮 ・白菜の甘酢漬	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 1個 <input type="checkbox"/> 3個 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>
11月19日(火)	中華 好評 ・豚の角煮 ・茄子の辛みそ麻婆 ・冬瓜の海鮮風味あん ・キャベツのあっさり塩ナムル	洋食 好評 ・豚肉の根昆布漬け焼き ・豚肉と豚のこのレモン炒め	洋食 好評 ・鶏肉のチリソースかけ ・さんまのみぞれかけ	中華 好評 ・えびと卵のチリソース煮 ・木耳と野菜の塩炒め ・肉団子～甘酢あんかけ～ ・鶏ささみの棒々鶏	和食 好評 ・さばのもろみ漬け焼き ・とり天 ・すだちおろし添え ・茶碗蒸し ・さつま芋と銀杏の白和え	中華 好評 ・まるやか黒酢豚 ・麻婆春雨 ・帆立貝のクリーム煮 ・白菜の甘酢漬	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>
11月20日(水)	洋食 好評 ・ハンバーグステーキ ・野菜ポトフ ・カリフラワーとエビのチーズグリル ・北海道産ベビーホタテの特製マヨネーズ仕立て	中華 好評 ・豚の角煮 ・茄子の辛みそ麻婆 ・冬瓜の海鮮風味あん ・キャベツのあっさり塩ナムル	洋食 好評 ・鶏肉のチリソースかけ ・さんまのみぞれかけ	中華 好評 ・えびと卵のチリソース煮 ・木耳と野菜の塩炒め ・肉団子～甘酢あんかけ～ ・鶏ささみの棒々鶏	和食 好評 ・さばのもろみ漬け焼き ・とり天 ・すだちおろし添え ・茶碗蒸し ・さつま芋と銀杏の白和え	中華 好評 ・まるやか黒酢豚 ・麻婆春雨 ・帆立貝のクリーム煮 ・白菜の甘酢漬	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>
11月21日(木)	洋食 好評 ・ハンバーグステーキ ・野菜ポトフ ・カリフラワーとエビのチーズグリル ・北海道産ベビーホタテの特製マヨネーズ仕立て	中華 好評 ・豚の角煮 ・茄子の辛みそ麻婆 ・冬瓜の海鮮風味あん ・キャベツのあっさり塩ナムル	洋食 好評 ・鶏肉のチリソースかけ ・さんまのみぞれかけ	中華 好評 ・えびと卵のチリソース煮 ・木耳と野菜の塩炒め ・肉団子～甘酢あんかけ～ ・鶏ささみの棒々鶏	和食 好評 ・さばのもろみ漬け焼き ・とり天 ・すだちおろし添え ・茶碗蒸し ・さつま芋と銀杏の白和え	中華 好評 ・まるやか黒酢豚 ・麻婆春雨 ・帆立貝のクリーム煮 ・白菜の甘酢漬	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>
11月22日(金)	洋食 好評 ・ハンバーグステーキ ・野菜ポトフ ・カリフラワーとエビのチーズグリル ・北海道産ベビーホタテの特製マヨネーズ仕立て	中華 好評 ・豚の角煮 ・茄子の辛みそ麻婆 ・冬瓜の海鮮風味あん ・キャベツのあっさり塩ナムル	洋食 好評 ・鶏肉のチリソースかけ ・さんまのみぞれかけ	中華 好評 ・えびと卵のチリソース煮 ・木耳と野菜の塩炒め ・肉団子～甘酢あんかけ～ ・鶏ささみの棒々鶏	和食 好評 ・さばのもろみ漬け焼き ・とり天 ・すだちおろし添え ・茶碗蒸し ・さつま芋と銀杏の白和え	中華 好評 ・まるやか黒酢豚 ・麻婆春雨 ・帆立貝のクリーム煮 ・白菜の甘酢漬	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>
11月23日(土)	洋食 好評 ・ハンバーグステーキ ・野菜ポトフ ・カリフラワーとエビのチーズグリル ・北海道産ベビーホタテの特製マヨネーズ仕立て	中華 好評 ・豚の角煮 ・茄子の辛みそ麻婆 ・冬瓜の海鮮風味あん ・キャベツのあっさり塩ナムル	洋食 好評 ・鶏肉のチリソースかけ ・さんまのみぞれかけ	中華 好評 ・えびと卵のチリソース煮 ・木耳と野菜の塩炒め ・肉団子～甘酢あんかけ～ ・鶏ささみの棒々鶏	和食 好評 ・さばのもろみ漬け焼き ・とり天 ・すだちおろし添え ・茶碗蒸し ・さつま芋と銀杏の白和え	中華 好評 ・まるやか黒酢豚 ・麻婆春雨 ・帆立貝のクリーム煮 ・白菜の甘酢漬	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>

※竹バランスの写真は主菜のみを盛り付撮影しております。

日曜 かつろぎ

配達のない日曜日のお食事に!

賞3日 190kcal

注文数

A 海鮮塩炒めのあんかけ

賞3日 271kcal

注文数

B 鶏肉の中華風炒め物

賞3日 271kcal

注文数

共通副菜 ●ちぎり揚げと野菜の煮物 ●うの花 ●いんげんの胡麻和え ●なます

638円 税込689円

注文締切日 **11月13日(水)**

お届け日 **11月22日(金)**

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

11月第4週〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

※写真はイメージです。掲載写真から一部具材が変更になる場合がございます。

竹・梅の主菜は①-③をお選びください

松 デラックス	和食・洋食・中華を日替わりで。	竹 バランス	塩分2.5g以下、280kcal(±10%)	梅 ライト	塩分2.5g以下、280kcal(±10%)	いつでもメニュー	ごはん・カレー	袋入りサラダ	週の注目商品	
11月25日(月)	洋食 好評 ・銀鮭のムニエル ・あらびきウインナーのトマト煮込み ・三元豚のロースカツ ・生ハムのレモンマリネ	和食 好評 ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	洋食 好評 ・チキンステーキ～玉葱と赤ワインのソースかけ～ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	和食 好評 ・天ぷら4種盛り合わせ(えび天入り) ・牛肉のしぐれ煮 ・大根と竹の子の炊き合わせ ・モロヘイヤと長芋のゆずぼん酢	中華 好評 ・青椒肉絲(豚肉とピーマンの細切り炒め) ・いかの黒胡椒炒め ・大粒焼売 ・蟹風味あんかけ ・小松菜と桜海老の中華和え	洋食 好評 ・ワカサギの洋風南蛮漬け ・青菜のにんにく炒め ・なすのミートグラタン ・バーニャカウダ	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>
11月26日(火)	洋食 好評 ・銀鮭のムニエル ・あらびきウインナーのトマト煮込み ・三元豚のロースカツ ・生ハムのレモンマリネ	和食 好評 ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	洋食 好評 ・チキンステーキ～玉葱と赤ワインのソースかけ～ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	和食 好評 ・天ぷら4種盛り合わせ(えび天入り) ・牛肉のしぐれ煮 ・大根と竹の子の炊き合わせ ・モロヘイヤと長芋のゆずぼん酢	中華 好評 ・青椒肉絲(豚肉とピーマンの細切り炒め) ・いかの黒胡椒炒め ・大粒焼売 ・蟹風味あんかけ ・小松菜と桜海老の中華和え	洋食 好評 ・ワカサギの洋風南蛮漬け ・青菜のにんにく炒め ・なすのミートグラタン ・バーニャカウダ	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>
11月27日(水)	洋食 好評 ・銀鮭のムニエル ・あらびきウインナーのトマト煮込み ・三元豚のロースカツ ・生ハムのレモンマリネ	和食 好評 ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	洋食 好評 ・チキンステーキ～玉葱と赤ワインのソースかけ～ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	和食 好評 ・天ぷら4種盛り合わせ(えび天入り) ・牛肉のしぐれ煮 ・大根と竹の子の炊き合わせ ・モロヘイヤと長芋のゆずぼん酢	中華 好評 ・青椒肉絲(豚肉とピーマンの細切り炒め) ・いかの黒胡椒炒め ・大粒焼売 ・蟹風味あんかけ ・小松菜と桜海老の中華和え	洋食 好評 ・ワカサギの洋風南蛮漬け ・青菜のにんにく炒め ・なすのミートグラタン ・バーニャカウダ	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>
11月28日(木)	洋食 好評 ・銀鮭のムニエル ・あらびきウインナーのトマト煮込み ・三元豚のロースカツ ・生ハムのレモンマリネ	和食 好評 ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	洋食 好評 ・チキンステーキ～玉葱と赤ワインのソースかけ～ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	和食 好評 ・天ぷら4種盛り合わせ(えび天入り) ・牛肉のしぐれ煮 ・大根と竹の子の炊き合わせ ・モロヘイヤと長芋のゆずぼん酢	中華 好評 ・青椒肉絲(豚肉とピーマンの細切り炒め) ・いかの黒胡椒炒め ・大粒焼売 ・蟹風味あんかけ ・小松菜と桜海老の中華和え	洋食 好評 ・ワカサギの洋風南蛮漬け ・青菜のにんにく炒め ・なすのミートグラタン ・バーニャカウダ	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>
11月29日(金)	洋食 好評 ・銀鮭のムニエル ・あらびきウインナーのトマト煮込み ・三元豚のロースカツ ・生ハムのレモンマリネ	和食 好評 ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	洋食 好評 ・チキンステーキ～玉葱と赤ワインのソースかけ～ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	和食 好評 ・天ぷら4種盛り合わせ(えび天入り) ・牛肉のしぐれ煮 ・大根と竹の子の炊き合わせ ・モロヘイヤと長芋のゆずぼん酢	中華 好評 ・青椒肉絲(豚肉とピーマンの細切り炒め) ・いかの黒胡椒炒め ・大粒焼売 ・蟹風味あんかけ ・小松菜と桜海老の中華和え	洋食 好評 ・ワカサギの洋風南蛮漬け ・青菜のにんにく炒め ・なすのミートグラタン ・バーニャカウダ	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>
11月30日(土)	洋食 好評 ・銀鮭のムニエル ・あらびきウインナーのトマト煮込み ・三元豚のロースカツ ・生ハムのレモンマリネ	和食 好評 ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	洋食 好評 ・チキンステーキ～玉葱と赤ワインのソースかけ～ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	和食 好評 ・天ぷら4種盛り合わせ(えび天入り) ・牛肉のしぐれ煮 ・大根と竹の子の炊き合わせ ・モロヘイヤと長芋のゆずぼん酢	中華 好評 ・青椒肉絲(豚肉とピーマンの細切り炒め) ・いかの黒胡椒炒め ・大粒焼売 ・蟹風味あんかけ ・小松菜と桜海老の中華和え	洋食 好評 ・ワカサギの洋風南蛮漬け ・青菜のにんにく炒め ・なすのミートグラタン ・バーニャカウダ	ごはん(白米) <input type="checkbox"/> ミックス10品目 <input type="checkbox"/> カレーライス <input type="checkbox"/> 豚かつカレー <input type="checkbox"/> えびフライカレー <input type="checkbox"/>	ミックス10品目 <input type="checkbox"/> いろいろキャベツ <input type="checkbox"/> だいこんサラダ <input type="checkbox"/> 千切りのキャベツ <input type="checkbox"/>	週替わり ビビンバ丼 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 大きな白玉ぜんざい <input type="checkbox"/>	週替わり 海鮮天重 <input type="checkbox"/> サイドメニュー 和風バスタ <input type="checkbox"/>

※竹バランスの写真は主菜のみを盛り付撮影しております。

日曜 かつろぎ

配達のない日曜日のお食事に!

賞3日 227kcal

注文数

A 国産天然プリフライ

賞3日 227kcal

注文数

B ポークチャップ

賞3日 271kcal

注文数

共通副菜 ●道産ふきと細竹炒め ●ポテトとベーコンのグラタン ●卵焼き ●桜大根

638円 税込689円

注文締切日 **11月20日(水)**

お届け日 **11月29日(金)**

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。

新マークのメニューは、新登場のメニューです。

お弁当の変更は**3日前**までに**電話**でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。

新マークのメニューは、新登場のメニューです。

お弁当の変更は**3日前**までに**電話**でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949