

# コスモス弁当

5月11日▶5月23日

受付時間8:00~9:00 数量の変更は9:30迄にお願いします



LINE  
公式アカウント

毎朝お弁当の写真やメニューを配信!!!  
友だち登録はQRコードから  
ID検索は@441nrqxfより



## ◆◆週一弁当 5/11~四川麻婆チャーハン&エビマヨ丼 5/18~豚生姜焼き丼◆◆

11 (月) 予約弁当 四川麻婆チャーハン

- 豚肉の回鍋肉
- 三陸産サーモンマヨフライ
- 春雨サンラータン風

エネルギー/702kcal 脂肪/17.5g タンパク質/18.9g 塩分/3.6g

18 (月) 予約弁当 豚生姜焼き丼

- 鶏唐揚げのレモン甘酢かけ
- うずら串フライ
- 春雨チャプチェ風

エネルギー/794kcal 脂肪/22.7g タンパク質/26.7g 塩分/3.7g

12 (火) 予約弁当 四川麻婆チャーハン

- チキンとれんこんのマスタード炒め
- チキンナゲット
- たっぷりコーンフライ

エネルギー/770kcal 脂肪/27.0g タンパク質/21.8g 塩分/4.5g

19 (火) 予約弁当 豚生姜焼き丼

- 鶏肉とピーマンのカレーマヨ炒め
- かき揚げ
- 筍とイカのあっさり煮

エネルギー/716kcal 脂肪/22.5g タンパク質/18.7g 塩分/2.7g

13 (水) 予約弁当 四川麻婆チャーハン

今季初!!

- 梅なめし
- 豚ロースのおこのみソースかけ
- 黒胡椒マヨささみカツ

エネルギー/700kcal 脂肪/19.9g タンパク質/14.1g 塩分/5.1g

20 (水) 予約弁当 豚生姜焼き丼

こめやで手作りの魚の唐揚げです☺

- カレイの青のり唐揚げ
- 豚唐揚げの甘辛炒め
- 春のキャベツメンチカツ

エネルギー/810kcal 脂肪/27.3g タンパク質/26.5g 塩分/5.0g

14 (木) 予約弁当 四川麻婆チャーハン

- チキンカツおろしあんかけ
- イカリングフライ
- 紅生姜天煮

エネルギー/720kcal 脂肪/23.7g タンパク質/19.6g 塩分/4.3g

21 (木) 予約弁当 豚生姜焼き丼

- 豚肉の麻辣炒め
- イカキャベツカツ
- 肉団子の照り煮

エネルギー/698kcal 脂肪/22.5g タンパク質/16.5g 塩分/3.7g

15 (金) 予約弁当 四川麻婆チャーハン

- ハンバーググレービーソースかけ
- ベーコンポテトフライ
- 切干大根青じそマヨサラダ

エネルギー/785kcal 脂肪/24.0g タンパク質/25.7g 塩分/2.8g

22 (金) 予約弁当 豚生姜焼き丼

- ソースとんかつ
- メンマとチャーシューのソテー
- 白菜とツナの柚子塩煮

エネルギー/739kcal 脂肪/19.0g タンパク質/20.4g 塩分/4.8g

16 (土) おまかせメニュー

23 (土) おまかせメニュー

## (株)こめやフードサービス

静岡店 TEL054-265-8339/FAX054-265-7988  
焼津店 TEL054-647-7700/FAX054-647-7800  
富士店 TEL0545-57-3030/FAX0545-57-3031  
掛川店 TEL0537-23-2108/FAX0537-23-4849

◇◇ 洗浄機の故障の原因となりますので割箸はお弁当箱に入れないようお願いいたします◇◇