

# コスモス弁当

11月13日▶11月25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 11/13~ビーフシチューオムライス 11/20~回鍋肉&鶏チリソース中華弁当◆◆

13 (月) 予約弁当 ビーフシチューオムライス

- 鶏天🐔
- 回鍋肉
- ブロccoliと玉子のマスタードサラダ

エネルギー/683kcal 脂肪/23.7g タンパク質/17.2g 塩分/3.2g

20 (月) 予約弁当 回鍋肉&鶏チリ中華弁当

- 豚肉とレンコン甘酢炒め
- 玉子サラダフライ
- ヘルシーチャプチェ風

エネルギー/694kcal 脂肪/22.7g タンパク質/16.6g 塩分/3.3g

14 (火) 予約弁当 ビーフシチューオムライス

- ハムカツ
- チョレギサラダ
- 蓮根鶏肉の煮物

エネルギー/653kcal 脂肪/13.8g タンパク質/13.6g 塩分/3.2g

21 (火) 予約弁当 回鍋肉&鶏チリ中華弁当

- チキンソテー香味だれ
- イカ天
- ひき肉とキャベツのトロ玉オイスター炒め

エネルギー/701kcal 脂肪/29.1g タンパク質/17.4g 塩分/3.8g

15 (水) 予約弁当 ビーフシチューオムライス

- 麻婆豆腐
- とんかつ🐷
- 切干大根鶏ささみマヨポンサラダ

エネルギー/659kcal 脂肪/19.5g タンパク質/15.6g 塩分/4.0g

22 (水) 予約弁当 回鍋肉&鶏チリ中華弁当

おすすめ☺

- きのこと豚肉の生姜焼き
- ささみフライ
- ハム入りコールスローサラダ

エネルギー/677kcal 脂肪/24.3g タンパク質/17.5g 塩分/2.9g

16 (木) 予約弁当 ビーフシチューオムライス

- てりたまチキン🐔
- イカカツ
- ツイストマカロニサラダ

エネルギー/772kcal 脂肪/24.2g タンパク質/25.9g 塩分/2.9g

23 (木)

- 勤労感謝の日

17 (金) 予約弁当 ビーフシチューオムライス

福井のご当地グルメをこめや風にしました🌸

- ボルガライス風
- 春雨野菜炒め
- ポテト明太マヨバター炒め

エネルギー/712kcal 脂肪/18.8g タンパク質/20.9g 塩分/3.4g

24 (金) 予約弁当 回鍋肉&鶏チリ中華弁当

- 茄子と豚肉の味噌炒め
- 切干大根煮
- チキンと野菜ガパオ風

エネルギー/597kcal 脂肪/23.6g タンパク質/12.5g 塩分/3.1g

18 (土) おまかせメニュー

25 (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◆◆