

# コスモス弁当

9月30日▶10月12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中!!!  
友だち登録はQRコードから  
ID検索は@441nrqxfより



◆◆週一弁当 9/30~炭火香る焼鳥重 10/7~カレーピラフ&こだわり合挽ハンバーグ煮込み風◆◆

30 (月) 予約弁当 炭火香る焼鳥重

のり弁にしてどうぞ♪

- 白身魚フライ🍷
- 磯辺カニカマ天
- 金平ごぼう

1杯あたり/663kcal 脂肪/21.4g タンパク質/13.7g 塩分/3.3g

7 (月) 予約弁当 カレーピラフ&ハンバーグ煮込み風

- メンチカツ
- エビチリinオムレツ□
- ハムとツイストパスタのタルタルサラダ

1杯あたり/754kcal 脂肪/18.2g タンパク質/22.2g 塩分/2.7g

1 (火) 予約弁当 炭火香る焼鳥重

- チキンソテーおろしあんかけ🍷
- 厚焼き玉子
- 五目ひじき煮

1杯あたり/743kcal 脂肪/23.6g タンパク質/25.1g 塩分/2.7g

8 (火) 予約弁当 カレーピラフ&ハンバーグ煮込み風

タルタルソースを添えて、チキン南蛮風に仕上げました😊

- 鶏唐揚げのレモン甘酢からめ
- ミニコーンコロッケ
- 切干大根とエビの野菜おろしドレッシングサラダ□

1杯あたり/913kcal 脂肪/19.8g タンパク質/39.2g 塩分/4.4g

2 (水) 予約弁当 炭火香る焼鳥重

- 豚肉と白菜の胡麻味噌炒め🍷
- 目玉焼き風ハーフフライ🍷
- サンマ山椒蒲焼風🍷

1杯あたり/719kcal 脂肪/26.7g タンパク質/24.8g 塩分/4.2g

9 (水) 予約弁当 カレーピラフ&ハンバーグ煮込み風

- 豚ロースのおろし煮🍷
- 海鮮串フライ
- 春雨バンバンジー風

1杯あたり/702kcal 脂肪/21.7g タンパク質/20.6g 塩分/4.1g

3 (木) 予約弁当 炭火香る焼鳥重

おすすめ♪

- チキンカツ煮風🍷
- エビといんげんの黒胡椒炒め□
- 若竹煮

1杯あたり/637kcal 脂肪/21.5g タンパク質/16.1g 塩分/3.1g

10 (木) 予約弁当 カレーピラフ&ハンバーグ煮込み風

- 梅なめしごはん
- ローストチキンステーキ🍷オニオンソースかけ□
- 三陸産サーモンマヨフライ🍷

1杯あたり/737kcal 脂肪/18.6g タンパク質/20.8g 塩分/3.7g

4 (金) 予約弁当 炭火香る焼鳥重

- 生姜たっぷり焼肉🍷
- 春雨のちゃんぽん風煮
- さつま天煮

1杯あたり/607kcal 脂肪/17.6g タンパク質/12.9g 塩分/3.1g

11 (金) 予約弁当 カレーピラフ&ハンバーグ煮込み風

- 開き海老のベシャメルフライ□
- 5種野菜のすり身磯辺揚げ
- 肉団子の黒酢あんからめ

1杯あたり/689kcal 脂肪/15.3g タンパク質/19.4g 塩分/2.5g

5 (土) おまかせメニュー

12 (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◆◆