

# コスモス弁当

10月28日▶11月9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



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 10/28~旨辛炒飯のキンパ風&デジカルビ 11/5~大きな海鮮かき揚げ&大海老天丼◆◆

28 (月) 予約弁当 旨辛炒飯のキンパ風&デジカルビ

- 豚肉ときこのきのスタミナ炒め🍷  
うずら串フライ  
シルバーサラダ

エネルギー-/643kcal 脂肪/22.2g タンパク質/17.3g 塩分/2.7g

4 (月)

- 振替休日

29 (火) 予約弁当 旨辛炒飯のキンパ風&デジカルビ

- タンドリーチキン🍷  
さつま天煮  
エビとポテトのガパオ炒め

エネルギー-/796kcal 脂肪/25.7g タンパク質/24.2g 塩分/3.9g

5 (火) 予約弁当 海鮮かき揚げ&大海老天丼

- 回鍋肉風  
イカフライ□  
海藻サラダ

エネルギー-/613kcal 脂肪/21.0g タンパク質/11.1g 塩分/3.0g

30 (水) 予約弁当 旨辛炒飯のキンパ風&デジカルビ

- 八宝菜  
鶏ささみフライ🍷  
れんこんサラダ

エネルギー-/641kcal 脂肪/17.8g タンパク質/14.9g 塩分/4.4g

6 (水) 予約弁当 海鮮かき揚げ&大海老天丼

ごまソースでどうぞ♪

- メンチカツ  
イカ入りのり巻き天  
切干大根煮

エネルギー-/722kcal 脂肪/16.4g タンパク質/18.4g 塩分/4.9g

31 (木) 予約弁当 旨辛炒飯のキンパ風&デジカルビ

ハロウィン🍷推し飯🍷

- 有頭エビフライ🍷  
厚切りロースとんかつ🍷  
塩キャラメルパンpinkサラダ🍷

エネルギー-/843kcal 脂肪/18.9g タンパク質/32.2g 塩分/2.8g

7 (木) 予約弁当 海鮮かき揚げ&大海老天丼

- 豚ロースのとんてき風🍷  
野菜コロッケ□  
牛肉と筍の和風パスタ

エネルギー-/716kcal 脂肪/19.8g タンパク質/20.8g 塩分/3.6g

1 (金) 予約弁当 旨辛炒飯のキンパ風&デジカルビ

- アジフライ🍷  
チヂミ  
筍と豚肉の塩炒め

エネルギー-/666kcal 脂肪/19.8g タンパク質/12.4g 塩分/3.3g

8 (金) 予約弁当 海鮮かき揚げ&大海老天丼

- 鶏肉の柚子胡椒炒め🍷  
目玉焼き風ハーフフライ  
キャベツとエビのオニオンサラダ

エネルギー-/655kcal 脂肪/28.5g タンパク質/16.5g 塩分/3.3g

2 (土) おまかせメニュー

9 (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◆◆