

2024年

6月

お弁当のみくま



日替わり弁当メニュー表

日替わり弁当 ￥500
 カレーライス ￥450
 カツカレー ￥550

ご飯の量は下記からお選びください。

特盛 (300g・504 Kcal) 通常価格+40円
 大盛 (250g・420 Kcal) 通常価格+20円
 普通 (200g・336 Kcal) 通常価格
 少なめ (150g・252 Kcal) 通常価格
 半分 (100g・168 Kcal) 通常価格

ご注文、ご予約は

TEL/FAX 042-312-3739 または 080-3357-3900

- ※ 1食から配達いたします。お気軽にお問い合わせください。
- ※ 当日のご注文受付は8:30~9:45です。
- ※ 弁当箱または使い捨て容器をお選びいただけます。
- ※ 仕入の状況によりメニュー内容が変更になる場合がございます。ご了承ください。



社会福祉法人 未来 みくま
 〒187-0001 小平市大沼町2-1-12
<http://mirai.no.coocan.jp>

月間メニューはホームページでもご確認いただけます

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3 718 Kcal 肉しゅうまい チーズちくわ 黒豆 ピビンバ	4 555 Kcal ピーマン肉詰めフライ ロールキャベツ ひじき煮 ほうれんそうのごまあえ	5 660 Kcal サーモンフライ オムレツ れんこんきんぴら ブロッコリーゆかりあえ	6 816 Kcal 油淋鶏 (ユーリンチー) 煮たまご 卵の花 はるさめサラダ	7 693 Kcal オニオンソースハンバーグ フライドポテト 大根の香味野菜づけ ごぼうサラダ
10 603 Kcal かじきマグロのステーキカツ ミニハンバーグ きんぴらごぼう かぼちゃのそぼろ煮	11 646 Kcal 牛肉コロッケ ※使い捨て容器のお届けとなります。 さつまいものレモン煮 切干大根 スパゲッティサラダ	12 561 Kcal 肉だんご 野菜コロッケ キャベツの白だし煮 ゆば入りちんげんさい炒め	13 633 Kcal とんかつ (みぞれあん) あつやきたまご 大豆うま煮 ブロッコリーのナムル	14 765 Kcal チキンカツ ウインナー キャロットラペ マカロニサラダ
17 746 Kcal 鶏の竜田揚げ がんもどき たけのこの土佐煮 はるさめサラダ	18 757 Kcal タンドリーチキン ハッシュドポテト 黒豆 かぼちゃのそぼろ煮	19 734 Kcal デミグラスハンバーグ 煮たまご キャロットラペ ほうれんそうのごまあえ	20 654 Kcal エビフライ (タルタルソース) ミニしゅうまい 揚げなすの煮びたし ポテトサラダ	21 613 Kcal さばのみそ煮 ミニハムカツ れんこんきんぴら ブロッコリーのツナマヨあえ
24 596 Kcal アジフライ チーズちくわ ひじき煮 マカロニサラダ	25 635 Kcal 焼き鳥 (たれ味) イカフライ 野菜のたきあわせ ブロッコリーの塩こんぶあえ	26 649 Kcal 春巻き ウインナー 切干大根 ごぼうサラダ	27 601 Kcal めっちゃうまメンチカツ オムレツ おくらのおろしあえ スパゲッティナポリタン	28 694 Kcal 豚肉のチンジャオロースー風炒め あげぎょうざ 小松菜としらすの山椒あえ はるさめサラダ

ソースがかわりました!

※カロリー表示は日替わり弁当 (ごはん普通盛り) の概算数値です。