

2024年

12月

お弁当のみくま



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.coocon.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

日替わり弁当メニュー表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2 606 Kcal まぐろのマスタードカツ ミニしゅうまい うの花 はるさめサラダ	3 640 Kcal イタリアンハンバーグ フライドポテト れんこんきんぴら かぼちゃのそぼろ煮	4 696 Kcal 酢鶏 (すどり) ウインナー あげなすのゆずみそあえ 小松菜ナムル	5 756 Kcal 肉しゅうまい ささみフライ (ほうれんそう入り) たけのこの土佐煮 ごぼうサラダ	6 601 Kcal 牛肉コロッケ 豆腐ハンバーグ 野菜のたきあわせ ブロッコリーゆかりあえ
9 707 Kcal 甘辛チキン ハッシュドポテト ひじき煮 たけのこビビンバ	10 636 Kcal エビフライ (タルタルソース) ※使い捨て容器のお届けとなります 煮たまご 切り干し大根 ブロッコリー塩こんぶあえ	11 648 Kcal オニオンソースハンバーグ プチお魚厚揚げ 黒豆 ゆば入りチンゲン菜いため	12 654 Kcal めちゃうまメンチカツ がんもどき キャベツの白だし煮 マカロニサラダ	13 595 Kcal 鶏肉と野菜のトマト煮込み あつやきたまご 大根の香味野菜漬け ほうれんそうのごまあえ
16 614 Kcal とんかつ (みそだれ) オムレツ きんぴらごぼう スパゲッティサラダ	17 658 Kcal さばのみそ煮 ミニからあげ たけのこの土佐煮 ごぼうサラダ	18 618 Kcal 肉だんご あげぎょうざ うの花 あげなすの煮びたし	19 574 Kcal アジフライ ウインナー おくらのおろしあえ ブロッコリーナムル	20 790 Kcal 油淋鶏 チーズちくわ れんこんきんぴら ポテトサラダ
23 164 Kcal エビのタルタルソースカツ プチベーコングラタン 黒豆 ナポリタンサラダ	24 681 Kcal 春巻き フライドポテト 野菜のたきあわせ ブロッコリーツナマヨあえ	25 760 Kcal 鶏の竜田揚げ 煮たまご キャロットラペ 小松菜としらすの山椒あえ	26 705 Kcal デミグラスハンバーグ ※使い捨て容器のお届けとなります がんもどき 切り干し大根 はるさめサラダ	27 休み
30 休み	31 休み	新年は1月6日 (月) より 営業いたします		

※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。