

2026年

7月

お弁当のみくま



日替わり弁当 ￥550
カレーライス ￥500
カツカレー ￥600

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
ご確認ください

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
		1 581 Kcal	2 724 Kcal	3 647 Kcal
		肉だんご 焼きもちろし天 キャロットラペ はるさめサラダ	からあげ チーズちくわ キャベツの白だし煮 ポテトサラダ	サーモンフライ オムレツ きんぴらごぼう ビビンバ
6 668 Kcal	7 650 Kcal	8 708 Kcal	9 644 Kcal	10 693 Kcal
めっちゃうまメンチカツ 枝豆ふわふわ豆腐 ひじき煮 ごぼうサラダ	さばのみそ煮 チキンステーキ れんこんきんぴら マカロニサラダ	春巻き 焼きぎょうざ あげなすの煮びたし ブロッコリーツナマヨあえ	ピーマン肉詰めフライ ハッシュドポテト うの花 スパゲティサラダ	おろしポン酢ハンバーグ 煮たまご 切り干し大根 コールスローサラダ
13 606 Kcal	14 644 Kcal	15 731 Kcal	16 620 Kcal	17 757 Kcal
エビフライ (タルタルソース) がんもどき 野菜のたきあわせ ほうれんそうのごまあえ	焼き鳥 (たれ味) ※使い捨て容器のお届けとなります。 ミニハムカツ おくらおろしあえ はるさめサラダ	肉しゅうまい コーンボール 黒豆 たけのこビビンバ	とんかつ あつやきたまご きんぴらごぼう スパゲティナポリタン	油淋鶏 さといもの煮もの 大豆のうま煮 ブロッコリーナムル
20	21 688 Kcal	22 672 Kcal	23 697 Kcal	24 568 Kcal
海の日	牛肉コロッケ プチベーコングラタン チーズちくわ ごぼうサラダ	チキンカツ 煮たまご たけのこの土佐煮 ブロッコリーゆかりあえ	オニオンソースハンバーグ 枝豆ふわふわ豆腐 れんこんきんぴら マカロニサラダ	アジフライ ミニしゅうまい ひじき煮 ポテトサラダ
27 654 Kcal	28 720 Kcal	29 771 Kcal	30 588 Kcal	31 745 Kcal
ねぎ塩チキン 野菜コロッケ 切り干し大根 ビビンバ	鮭のマスタードカツ ウインナー うの花 スパゲッティナポリタン	鶏の竜田揚げ 豆腐ハンバーグ 野菜のたきあわせ コールスローサラダ	かじきまぐろのステーキカツ オムレツ 大豆のうま煮 ブロッコリー塩こんぶあえ	デミハンバーグ ミニロールキャベツ 黒豆 スパゲティサラダ

ハンバーグを
リニューアル
しました

ハンバーグを
リニューアル
しました

ハンバーグを
リニューアル
しました

※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。