

# 7 2026.07.01~07.19 てんきゅう弁当日替わりメニュー

今月のかわりごはん

15 (水)

わかめ御飯



WED

THU

FRI

特別弁当(別料金)

9日(木) 限定販売

ごま香る

冷やし担々麺

1個 650円 (税込)



注文締切は7月6日(月)昼12時まで。それ以降の追加、キャンセルはできません。

MON

TUE

1日

エビフライ  
カレー

406kcalタンパク質12.2g 塩分3.4g



新メニュー

2日

ウマ辛豚焼肉  
たっぷりコーンフライ

491kcalタンパク質24.7g 塩分2.7g



新メニュー

3日

ヒレカツの上にマスタードソース  
をぬって焼いた手間ひま焼き

454kcalタンパク質17.5g 塩分2.6g



人気メニュー

6日

アスパラチーズ巻カツ  
シュウマイ

520kcalタンパク質17.9g 塩分2.2g



人気メニュー

7日

鶏肉のジャーマンポテト  
イカツ

471kcalタンパク質27.6g 塩分2.8g



新メニュー

8日

甘辛メンチカツ  
切干大根の炒め煮

526kcalタンパク質19.3g 塩分3.2g



新メニュー

9日

ハンバーグ  
春巻き・焼きスパ

486kcalタンパク質12.1g 塩分4.3g



人気メニュー

10日

鶏ムネ唐揚げの  
BBQマヨソース

482kcalタンパク質27.6g 塩分2.3g



新メニュー

13日

手仕込み手作りの  
鶏ももから揚げ

416kcalタンパク質29.8g 塩分2.1g



人気メニュー

14日

ハンバーグ  
エビフライ・ナポリタン

433kcalタンパク質18.8g 塩分3.3g



人気メニュー

15日

おくらとひき肉の  
夏のスタミナまぜそば

458kcalタンパク質10.8g 塩分2.4g



わかめ御飯

新メニュー

16日

おろしそとんかつ  
味付ポン酢つき

466kcalタンパク質17.2g 塩分2.1g



人気メニュー

17日

具だくさん麻婆豆腐  
牛肉入りコロケ

397kcalタンパク質10.3g 塩分2.7g

