

5月 たたら弁当(日替り)メニュー

“たたら”のブログとフェイスブックもどうぞ!!

Blog <http://plaza.rakuten.co.jp/tomatoko>

FB <http://www.facebook.com/#!/YasiGongFongtatara>

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
4月29日 お休み (昭和の日)	4月30日 A. 豚肉の中華風竜田揚げ B. 鶏団子と大根の煮物 C. ジャガイモのベーコンソテー	5月1日 A. 手づくり和風ハンバーグ B. 根菜のごま風味煮 C. 小松菜と油揚げの炒り煮	5月2日 A. 塩ダレ豚焼肉 B. ポトフ C. 春野菜の辛子和え	5月3日 お休み (憲法記念日)
5月6日 お休み (振替休日)	5月7日 A. ビーフカツごまソース B. れんこん入りピーマン C. 胡瓜とひじきの生姜酢	5月8日 A. 豚肉の中華揚げ煮 B. 含め煮 C. 南瓜サラダ	5月9日 A. あじフライ B. 筍と干しえびの炒め物 C. ごぼうのわさびマヨ和え	5月10日 A. 白身フライのタルタルソース B. 筍と牛肉の炒め物 C. 大根サラダ
5月13日 A. 鶏肉のバーベキューソース B. おかかたっぷり揚げだし豆腐 C. ほうれん草としめじの和風炒め	5月14日 A. 鯖の照り焼き B. ミートボールと野菜のケチャップ煮 C. ほうれん草と鶏肉の生姜炒め	5月15日 A. 牛肉ビビンバ B. 筍とチンゲン菜の炒め物 C. 胡瓜の酢の物	5月16日 A. 白身魚の磯辺揚げ B. 蓮根と挽肉の蒸し物 C. 焼肉サラダ	5月17日 A. 鶏肉の梅シソ風味焼き B. 高野豆腐とひじきの炒め物 C. 大根サラダ
5月20日 A. 揚げ鶏のきのこカレーあん B. 牛蒡と豚肉のかりかりサラダ C. 野菜のマスタード和え	5月21日 A. 鮭のごま風味焼き B. 南瓜のチーズ焼き C. ひじきとベーコンのサラダ	5月22日 A. 豚肉とレタスの炒め物 B. 肉じゃが C. きこのスパサラダ	5月23日 A. 鯖の山椒焼き B. 揚げ出し豆腐のみぞれのせ C. 蓮根のスパイシー炒め	5月24日 A. 豚肉の中華風竜田揚げ B. 白菜とウインナーのケチャップ煮 C. マカロニサラダ
5月27日 A. 豚肉のカレー生姜焼き B. なすと里芋の味噌田楽 C. あさりと胡瓜の酢味噌和え	5月28日 A. 焼き鯖の大根おろしかけ B. ササミとニラの炒め物 C. ごぼうのわさびマヨ和え	5月29日 A. 手作りチーズハンバーグ B. 五目きんぴら C. ヘルシーサラダ	5月30日 A. 白身魚の甘酢あんかけ B. 八宝菜 C. 小松菜としめじのおろし和え	5月31日 A. チキン南蛮 B. ナスとペンネのトマトソース C. 南瓜サラダ

※Aが主菜となります。

たたら弁当(日替わり)

500円 (ヘルシー) (本体463円) おかずとごはんの量がやや少なくなります。

540円 (セミレギュラー) (本体500円) おかずはやや多め、ご飯の量は普通です。

565円 (レギュラー) (本体524円) 540円弁当よりご飯がやや多めです。

585円 (大盛り) (本体542円) 540円弁当よりご飯が大盛りです。



健康づくり協力店



栄養成分表示等でおなたの健康づくりをお手伝いします

0120-4-0831-8



0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8

0120-4-0831-8