

Obento

日替わり弁当

厳選国産十六穀米ご飯使用

店舗周辺の会社様
お店様・公共機関様
病院様へお届けします。

今月の表紙
(24日)



牛肉と白菜のすき焼き風
うにのふわふわ揚げ〜和風あんかけ〜
お豆と野菜の彩り煮
お抹茶蒸しまんじゅう
かしわ飯

1月24日は、明治5年に明治天皇が
長年禁止だった牛肉を食べ、一気に
牛肉文化が定着した日。牛肉の
すき焼き風がメインに登場します。



少しずつ色々なものを食べたい方に。
ヘルシー弁当 約550kcal



種類も量も「満足したい」という方に
デラックス弁当 約750kcal

今月のおすすめメニュー

照焼きチキン・野菜・
ショートパスタの和え物
(18日)

ヨーグルト風味の
アップル&ピーチケーキ (18日)

カリフラワーとパプリカの
カレー炒め (18日)

毎月18日はホタテの日! 「ホ」を
分解すると「十八」になることが
由来です。「金曜はカレー」とい
う海軍の風習にちなみ、カレー
炒めもプラス。

エビとホタテの
サクサクフライ (18日)



めでたい!お魚型のかまぼこ (8日)
蒸し鶏と竹の子のねぎ塩和え (29日)
年明け初日は、石臼で丹念に練り上げたお魚型のかまぼこが
蒸し鶏の和え物は、野菜も摂取できるパワーサラダです。

※写真はイメージです



大山どりのクリームフロッケ (16日)
紫キャベツと枝豆のマリネ (25日)
「大山どり」は、島根の銘柄鍋でジューシーなのが特徴。
彩り良い紫キャベツは、ビタミンC、K、U、ミネラルも豊富です。



おべんとう
Obento
1
January
2019

謹賀新年、メニュー刷新、美味しさ全開

※写真はイメージです



日替わりで安心・安全・ヘルシー
お店で手作りのお弁当をお届けします



08 火 新春メニュー
チキン八幡巻き〜照り焼き〜
国産一口餃子と国産黄金生姜入り焼売盛り合わせ
・めでたい!お魚型のかまぼこ
・かぶと人参の紅白なます風
・お抹茶わらび餅



09 水
ゆふいん産牛乳のきのこクリームコロッケ
豚肉・木耳・卵の中華炒め
・切干大根煮
・魚肉ソーセージとコーンの甘草炒め
・マカロニサラダ



10 木
淡路島産玉葱入りハンバーグ〜5種のもろみソース〜
お楽しみの揚げ物
・小エビと白菜のクリーム煮
・オクラといぶりがっこの和風和え
・つぶつぶマスタードのコールスローサラダ



11 金 イチオシ!
牛肉の韓国風チャプチェ
カレーのフライ〜生姜きのこあんかけ〜
・ひじき煮
・ほうれん草のお浸し
・店主おすすめのサラダ



14 月
お休み



15 火
海老のチリソース煮
お豆腐ハンバーグ〜大根おろしソース〜
・きんぴらごぼう
・茄子の揚げ浸し
・ポテトサラダ



16 水 新メニュー☆
大山どりのクリームコロッケ
ウィンナーと冬野菜の和ポトフ風
・玉こんにゃくの煮物
・中華くらげと彩り野菜の和え物
・ジャコと切干大根の鰹ドレッシングサラダ



17 木 人気の回鍋肉
たっぷりキャベツの回鍋肉風
ハムステーキ〜チーズソース〜
・大根の味噌煮
・お任せの副菜
・サラダこんにゃくと水菜の胡麻サラダ



18 金 プレミアム
エビとホタテのサクサクフライ
照焼きチキン・野菜・ショートパスタの和え物
・カリフラワーとパプリカのカレー炒め
・小松菜の辛子和え
・ヨーグルト風味のアップル&ピーチケーキ



21 月
若鶏の唐揚げ
海鮮春雨炒め
・竹の子の土佐煮
・れんこんの明太和え
・マカロニサラダ



22 火
ホロホロ豚角煮と大根の生姜煮
国産サーモンのハンバーグ〜白おろしソース〜
・ゆず香る 里芋煮ころがし
・ひじきとズッキーニのラタトゥイユ仕立て
・玉葱と木耳の梅おかつ和え



23 水 定番さば味噌
サクサクフライドチキン
さばの味噌煮
・高野と花麩の煮物
・もやしとチンゲン菜のナムル
・カニカマとブロッコリーのタルタルサラダ



24 木 プレミアム&かしわ飯
牛肉と白菜のすき焼き風
うにのふわふわ揚げ〜和風あんかけ〜
・お豆と野菜の彩り煮
・コーンとキヌサヤの道産オニオン和え
・お抹茶蒸しまんじゅう



25 金 冬のごちそう!クリーム煮
ピーマン肉詰めフライ
鶏肉団子とマカロニのクリーム煮込み
・切干大根煮
・ちくわの白和え
・紫キャベツと枝豆のマリネ



28 月 絶品!オマールエビのビスク風コロッケ
お楽しみの1品
・精進がんも煮
・きのこのクリーミーシャンピニオンソース
・ポテトサラダ



29 火 野菜が豊富
蒸し鶏と竹の子のねぎ塩和え
れんこんのはさみ揚げ
・ひじき煮
・お任せの副菜
・白菜のガリサラダ



30 水 人気!カレールーコロッケ
厚切りチャーシューと緑黄色野菜ピリ辛和え
・肉団子の黒酢和え
・わかめとネギの醤油炒め
・お任せのサラダ



31 木 秋田名物「いぶりがっこ」
チーズインハンバーグ
鶏そぼろ・いぶりがっこの和風おかつポテトサラダ
・ジャコともやしの高菜炒め
・インゲンの胡麻和え
・キャベツと水菜の梅麹サラダ

新年のご挨拶

新しい年がはじまりました。おべんとうのメニューもより見やすく、美しく、わかりやすくなっています。特にこの Monthly menu のページは、その日のメイン料理の写真が大きく載るようになったので、おススメが一目でわかってとても便利。「早く明日のおべんとうが食べたい!」と目移りしちゃうかもしれませんね。毎日食べるものですから、野菜を中心にヘルシーな調理法を心がけ、健康に配慮。飽きたりしないよう、バラエティに富んだ素材や味付けにこだわっています。ヘルシーで、食べ応えがあって、安全で、毎日食べても飽きない美味しくて楽しいおべんとうを、2019年どうぞよろしくお祈りします。

※写真はイメージです ※当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしておりません。ご了承ください。
※仕入れの状況により、予告なく内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。



日替わり
ヘルシー弁当
400円(税込)
カロリー目安550kcal



日替わり
デラックス弁当
500円(税込)
カロリー目安750kcal

ご飯
大盛り
無料

・すべてのお弁当に卵焼き、お漬物がつきます。
・前日までにご注文をいただいたお客様にはお味噌汁をサービス中!
・当日 9:00 まで当日注文承ります。売切れの場合はご容赦ください。

オフィス、施設、お店などへお届けします。1個から無料配達

飯島のお弁当
マルイチフードサービス 花月(焼肉レストラン花月)

FAX 0265-86-4232

[お届け日前日まで]

TEL 0265-86-3260

[当日 9:00 まで]

〒399-3702
長野県上伊那郡
飯島町飯島 2124-1

※締切時間前後はお電話が大変混み合いますので、前日またはなるべくお早めの時間までにご注文をお願いいたします。●当日ご好評いただけますと、時間前に完売する事もございます。