

# 令和6年9月のヘルシーメニュー

日替わり弁当のご注文は朝の9時30分までをお願いします。

※冷やし麺、カレー弁当は予約制になっております。前日14時までにご注文をお願いします。

月	火	水	木	金	土
2 ハンバーグステーキ デミグラスソース チーズオムレツ 野菜サラダ 576kcal	3 白身魚チリソース 野菜コロッケ 焼売 シーフードマリネ 513kcal	4 牛丼風弁当 ちくわの磯辺揚げ ほっけ醤油焼き 525kcal	5 ミートボールのトマト煮 クリームコロッケ ゴボウサラダ 531kcal	6 ウインナーカレー 豚肉の生姜焼き 春巻き ソース焼きそば 537kcal	7 おまかせ
9 ブリブリ海老カツ ナポリタン ツナサラダ 526kcal	10 冷やし中華 牛しぐれ煮 れんこんはさみ揚げ わかめの酢の物 521kcal	11 麻婆春雨 ブロッコリー玉子炒め 小松菜の胡麻和え 542kcal	12 菜めしご飯 アジ大葉フライ 具だくさん肉じゃが 502kcal	13 カツカレー 照り焼きチキン にんじんしりしり マカロニサラダ 529kcal	14 おまかせ
16 敬老の日	17 油淋鶏 ピリ辛こんにゃく ブロッコリーサラダ 554kcal	18 天ぷらおろしうどん ピーマンの肉詰めフライ 鯖の塩焼き コールスローサラダ 513kcal	19 福島名物 ソースカツ丼 いかにんじん風 519kcal	20 イカリングカレー メンチカツ ゆで豚の ラタトゥイユソース 532kcal	21 おまかせ
23 振替休日	24 タツカルビ ほうれん草のおひたし ポテトサラダ 519kcal	25 ポークソテー 特製カレーソース アジの南蛮漬け 厚揚げの玉子とじ 531kcal	26 ピリ辛肉そば おまかせメニュー	27 白身フライカレー うずら玉子入り 八宝菜 ハムステーキ 511kcal	28 おまかせ
30 スタミナ野菜炒め 塩からあげ なすの煮びたし 566kcal	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px;"> <p><b>味鶴ホームページ リニューアル しました！⇒⇒⇒⇒⇒ ぜひご覧ください☆</b></p>  <p><a href="https://www.bento-mikaku.com/">https://www.bento-mikaku.com/</a></p> </div>				

※仕入れ都合によりメニューを変更する事があります。弁当は、なるべく午後1時頃までにお召し上がり下さい。

いつも味鶴をご利用いただき、ありがとうございます。  
 「ソースカツ丼」は福島県会津のご当地グルメ。会津若松地方で「カツ丼」と言えば「ソースカツ丼」というほど地元では親しまれているそうです。  
 「いかにんじん」はおかずとして食卓にのぼるほか酒の肴やお正月の定番料理としても長く親しまれてきたそうです。今月もご注文お待ちしております♪

 味鶴公式インスタグラム **味鶴**で検索！！



**TEL 412-0878**