

# 令和6年10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。

※**どんぶり弁当**、**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
	1 オマール海老入り グラタンコロッケ 野菜ツナサラダ 505kcal	2 ピリ辛蒸し鶏 きくらげの玉子炒め わかめサラダ 510kcal	3 若鶏と野菜の 黒酢あんかけ オクラの和え物 516kcal	4 <b>ハンバーグカレー</b> 鮭のクリーム煮 カレーコロッケ れんこんピリ辛炒め 507kcal	5 おまかせ
7 チキンソテー 柚子胡椒ソース イカの天ぷら 518kcal	8 ブリ大根煮 すき焼きコロッケ マカロニサラダ 501kcal	9 ヤンニョムチキン もやしナムル 春雨サラダ 526kcal	10 カツとじ煮 きんぴらごぼう いんげんの胡麻和え 519kcal	11 <b>白身フライカレー</b> ホイコーロー 海鮮チヂミ 塩やきそば 529kcal	12 おまかせ
14 スポーツの日	15  <b>味鶴</b> <b>創業53周年</b> <b>大感謝メニュー</b> 特製炊き込みご飯	16 熊本名物  太平燕風(タイビーエン) ちくわサラダ天 小松菜の煮びたし 537kcal	17 <b>タコライス</b> 韓国風肉じゃが アジフライ 切干し大根サラダ 511kcal	18 <b>チキンカレー</b> 豚の生姜焼き 枝豆コロッケ にんじんしりしり 531kcal	19 おまかせ
21 エビフライ&カキフライ 手作りタルタルソース ミートスパゲティ 538kcal	22 てりたまコロッケ サバの照り焼き ブロッコリーサラダ 513kcal	23 <b>ネギだく鶏天丼</b> サーモンフライ ロールキャベツマト煮 ベンネシーザーサラダ 521kcal	24 おまかせメニュー	25 <b>エビフライカレー</b> ビーフシチュー ほっけの塩焼き ゴボウサラダ 504kcal	26 おまかせ
28 ハンバーグステーキ 特製おろし和風ソース コーンバター 550kcal	29 <b>マーボー丼</b> 味噌おでん 大根 たまご 串カツ 502kcal	30 うま塩鶏つくね かぼちゃコロッケ ほうれん草のおひたし 517kcal	31 若鶏のから揚げ ピーナッツ和え ポテトサラダ 547kcal	 <a href="https://www.be-nto-mikaku.com/">https://www.be-nto-mikaku.com/</a> <b>味鶴 HP</b> <b>リニューアル</b> <b>しました!</b>	

※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、誠にありがとうございます。

おかげさまで味鶴は10月15日で**創業53周年**を迎えることができました。

これもひとえに皆様のご愛顧の賜物と心より感謝いたしております。

本当にありがとうございます。これからも皆様に『おいしい!』と喜んでいただけるお弁当を従業員一同、笑顔で(\*^\_^\*)真心をこめてお届けいたします!!

 味鶴公式インスタグラム **味鶴** で検索!!



**TEL 412-0878**