

# 令和7年2月のヘルシーメニュー

日替わり弁当のご注文は当日の朝9時30分までをお願いします。

※カレー弁当、どんぶり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
 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">                     味鶴公式 LINE です   </div>				1 おまかせ	
3 いわし梅しそフライ 肉豆腐 節分豆 菜の花からし和え 513kcal	4 <b>焼き鳥井</b> 具だくさん肉じゃが さばの味噌煮 焼うどん 520kcal	5 チーズ入り竹輪の磯辺揚げ 肉団子と大豆のトマト煮 きんぴらごぼう 506kcal	6 エビチリソース 春巻き オクラの和え物 533kcal	7 <b>カツカレー</b> 鶏むね肉と茄子の みぞれ煮 きのこスパゲティー 532kcal	8 おまかせ
10 ハンバーグステーキ 特製トマトソース ポークウインナー ごぼうサラダ 529kcal	11 <b>建国記念日</b>	12 <b>油淋鶏</b> ザーサイの玉子炒め ほうれん草胡麻和え 549kcal	13 埼玉県名物  豚みそ丼 ゼリーフライ マカロニサラダ 523kcal	14 <b>コロツケカレー</b> チキンのクリーム煮 サーモンフライ ヤングコーンのサラダ 528kcal	15 おまかせ
17 牛丼風弁当 ツナと白菜の煮物 高菜とブロッコリーの ピリ辛サラダ 511kcal	18 白身魚のソテー 和風タルタルソース ほうれん草バター醤油炒め 503kcal	19 <b>カレーあんかけ丼</b> おまかせメニュー	20 旨塩メンチカツ ハツシュドビーフ ブロッコリーの炒め物 537kcal	21 <b>海老カツカレー</b> マーボー厚揚げ 海鮮焼きそば 白菜の塩昆布和え 541kcal	22 おまかせ
24 <b>振替休日</b>	25 若鶏の天ぷら ポン酢ドレッシング 明太子スパゲティー 551kcal	26 ブルコギ風炒め物 チーズはんぺんフライ もやしナムル 547kcal	27 <b>ロコモコ丼</b> 味噌おでん 肉詰めいなり 大根 こんにゃく 玉子 509kcal	28 <b>白身フライカレー</b> 豚肉のソテー オニオンソース タケノコと生姜の昆布和え 521kcal	

※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。

今月のおすすめは2/13(木)の埼玉県ご当地メニューです！

「ゼリーフライ」という名前の由来は、見た目が小判のような形から「銭フライ」と呼ばれていたのが変化し、「ゼリーフライ」と呼ばれるようになったそうです。

まだまだ冷え込む日が続いていますが、

栄養満点の味鶴の弁当を食べて 体調管理にお気をつけください！



味鶴公式インスタグラム **味鶴**で検索！！



**TEL 412-0878**