



Hand Made Lunch 10月

¥430(税込464円) < >内のメニュー¥530(税込572円)

月	火	水	木	金	土
2 528kcal 4.1 チーズinハンバーグ <small>カニクリームコロッケ〜デミグラスソース〜</small> 冬瓜のとろみ煮 ジャガツト煮 ソーセージ天 <グラタン>	3 638kcal 3.6 味噌ヒレカツ 人気メニュー! かぶとネギの白だし煮 ブロッコリーと竹輪の炒めもの 野菜肉巻き <ぶりの生姜煮>	4 533kcal 3.0 自慢の鶏唐揚げ 人気メニュー! 牛蒡のみぞ和え インゲンと椎茸の田舎煮 ネギオムレツ <焼きうどん>	5 628kcal 3.6 特大肉焼売 アジフライ・ミニ竹輪天 麻婆茄子 青梗菜ともやしのナムル 山芋焼き <豚しぐれ煮>	6 569kcal 4.0 玉子サラダフライ タンドリーチキン 蒟蒻の金平 ゴーヤチャンフル たこはんぺん <イカフリッターの甘酢>	7 お任せメニュー
9 祝日 611kcal 3.7 大きなハムカツ ペペロンチーノ カリフラワーの酢のもの 水餃子 竹輪の土佐煮 <魚のちゃんちゃん焼き>	10 567kcal 4.0 鶏生姜蓮根の照り焼き イカフライ ひじきの煮もの 白菜のカニあん チーズオムレツ <サバのごま味噌煮>	11 617kcal 3.5 タレ漬けメンチカツ 菜の花のマヨサラダ 五目豆煮 ミニ生姜天 <えびちり>	12 582kcal 3.0 鶏大根キムチ煮 えびかつ 中華春雨 サバの塩焼き 玉子焼き <イカステーキ>	13 617kcal 4.0 生姜焼き つぶつぶコーンクリームフライ 豆腐のチャンフル ふろふき大根 カニ焼売 <ロールキャベツのトマト煮>	14 お任せメニュー
16 604kcal 4.0 ミックスフライ <small>(サーモン・ホタテ・一口梅さしみ)</small> キャベツと厚揚げの煮浸し ひじきと法連草の白和え ハムステーキ <豚みそ>	17 547kcal 3.5 すき焼き煮 インゲンのおかか和え 人参のさつま揚げ ポロネーゼ餃子 <広島県産かきのクリームコロッケ>	18 580kcal 3.6 極上手切りチキンカツ <small>新メニュー!〜わさびソース〜</small> 筍とふきの土佐煮 茄子のネギソース 里芋の煮っころ <マスのレモン煮>	19 513kcal 3.0 サバの蒲焼き つくね大葉ハンバーグ 金平牛蒡 キャベツの味噌炒め きのことオムレツ <合鴨スライス>	20 597kcal 3.5 さくっと旨じゃがカレーコロッケ 豚のとんてき風 ブロッコリーとコーンのサラダ 薩摩芋のレモン煮 大粒たこやき <あじの一味焼き>	21 お任せメニュー
23 542kcal 4.0 辛くない鶏のチリソースがけ イカキャベツかつ 茄子の香味ソース 蒟蒻のヌタ 季節の野菜南瓜天 <塩だれカニ玉>	24 525kcal 3.4 スタミナ焼肉 さわら大葉フライ 蓮根の酢のもの 南瓜の甘煮 玉子豆腐 <蒸し鶏のサラダ>	25 スペシャルデー★味御飯 天ぷら盛り合わせ <small>(かき揚げ・イカ・ミニエビ・竹輪)</small> 法連草の卵とじ 魚の煮つけ ジャンボミートボール <サイコロステーキ>	26 655kcal 4.1 大きなハンバーグ <small>〜和風きのこたっぷりソース〜</small> ブロッコリーのピーナツ和え ポテトサラダ 紫芋コロッケ <魚のマリネ>	27 597kcal 3.8 ハムエッグフライ 塩焼きそば 菜の花のお浸し ジャガツト煮 銀鮭の塩焼き <チンジャオロース>	28 お任せメニュー
30 665kcal 4.0 豆腐ハンバーグ <small>〜大根おろしソース〜</small> 切干大根のサラダ インゲンのピリ辛みそ炒め 野菜コロッケ <さわらのバジル焼き>	31 507kcal 3.8 自慢の鶏竜田揚げ もやしと油揚げの煮浸し 大学芋 海鮮千切り <ポークビーンズ>	~10月旬な食べ物~ 人参・じゃがいも・薩摩芋・里芋・牛蒡・かぶ・まつたけ・しいたけ・えのき・なめこ えりんぎ・りんご・かき・ぎんなん・秋刀魚・サバ・鰯・にしん・はたはた・あまだいな			

- ・お弁当が製造〜出荷される様子を動画でご覧いただけます。詳しくは<http://suzukyu.jp/> ※カロリー表示は推定値となります
- ・材料などの都合により、一部変更する場合がありますがご了承下さい。 ※カロリーの横の数値はオカズの塩分です
- ・食中毒防止のため、直射日光を避け、涼しい所で保管し、当日の午後1時までにお召し上がり下さい。
- ・ご意見等ございましたらこちらまで・メールアドレス suzukyu@mecha.ne.jp
- ・ご注文のお電話は午前9時までにお願いたします。



