



2026年1月

MONTHLY MENU

火	水	木	金
<p>*お知らせ* 年始のお弁当営業再開日は 1/6(火) です。</p>			
6 さばの胡麻照り焼き 花形しんじょと椎茸の煮物 南瓜サラダ 隠元の明太マヨ和え	7 鶏肉の黒酢照り焼き 高野豆腐と人参の煮物 コーンと若布のサラダ 青菜の紅生姜和え	8 回鍋肉 切干大根の煮物 海鮮シウマイ オクラの柚子胡椒和え	9 豚肉の中華風てんぷら さつま芋の切り昆布煮 フレンチサラダ デザート
13 麻婆絹揚げ さつま揚げと大根の煮物 キャベツと海苔のナムル デザート	14 鰯の幽庵焼き ジャーマンポテト 牛蒡と油揚げのおかずサラダ オクラの胡麻和え	15 白身魚の生姜酢漬け 刻み昆布の煮物 さつま芋とりんごのサラダ 隠元の辛味噌和え	16 鶏肉のネギ塩だれ わかめご飯 おでん風煮物 里芋とツナのサラダ 青菜ともやしのナムル
20 豚肉のソテークリームソース 竹輪とこんにゃくの煮物 キャベツの塩昆布和え オクラのなめ茸和え	21 チーズメンチカツ いりこ菜飯 豆腐しらすき 人参とツナのサラダ デザート	22 鶏肉のマスタード焼き ぜんまいの炒め煮 れんこんとひじきの胡麻サラダ 隠元のお浸し	23 カジキのバジルオイル焼き じゃが芋の煮物 切干大根のサラダ 青菜のピーナッツ和え
27 チキン南蛮 ひじきの和風煮 春雨中華サラダ 白菜のゆかり和え	28 豚肉の粕漬け焼き つきこんとさつま揚げのきんぴら ブロッコリーの胡麻マヨ 青菜の酢味噌和え	29 鮭の塩焼き 炒りおから 大根とハムの酢の物 デザート	30 トマトガーリックチキン 根菜の煮物 マカロニサラダ 青菜とえのきの煮浸し

※記載のメニューの他に、漬け物又は佃煮が付きます。

- ・都合により、メニューを変更することがありますのでご了承ください。
- ・国産米を使用しています。 + 50円で、ご飯のみ大盛り(250g)が可能です。
- ・ご飯を柔らかめに炊いた「まごころ弁当」もご用意しております。
- ・回収用のお弁当箱は電子レンジでの加熱には対応しておりません。
- ・お弁当のご注文は、**2日前まで**にお願いいたします。
- ・アレルギー対応は行っておりません。

作成：あみくるおべんと屋さんレシピ委員会

あみくるおべんと屋さん

TEL: 048-226-3133
FAX: 048-226-3143