ぬくもり弁当 4月の献立

後半 16日～30日

昔ながらの手作り調理にこだわり、美味しさを追求した豊富なメニューで飽きのこないお弁当です。ボリューム満点！
男性からも「食べごたえがある」と大変好評です。

4/18(金) チキンカツ＊Wからしソース＊

おすすめの日！

きのこの地鶏昆布パスタ
さしみこんにゃくの梅かつお和え
季節の炊合せ(高野豆腐)・漬物

月（MON）	火（TUE）	水（WED）	木（THU）	金（FRI）	土（SAT）
春到来！春の季節を楽しみましょう		16 356kcal さば塩焼き ハムとベーコンのミックスフライ ・マカロニシーザーサラダ ・大根とこんにゃくの炒め煮	17 239kcal 白身フライ 北海道産カップグラタン ふりかけ（ごま塩） ・切り昆布煮 ・もやしのビビンバ	18 337kcal おすすめの日！ チキンカツ ＊Wからしソース＊ ・きのこの地鶏昆布パスタ ・さしみこんにゃく梅かつお和え	19 栄養士厳選 おまかせメニュー しっかり健康サポートいたします。
21 249kcal ます塩焼き 野菜コロッケ ミニカップなめ茸 ・切干大根煮 ・キャベツのピーナッツ和え	22 320kcal ジューシーメンチカツ ＊焙煎ごま入りカツソース＊ ・塩焼きそば ・わかめのぬた	23 270kcal 山菜ご飯の日 キャベツと厚揚げの味噌炒め えびカツ ・キムチチャプチェ ・炭火焼きつくね串	24 383kcal 鶏肉の竜田揚げ 竹輪のフリッター ＊甘酢あん＊ ・ミートペンネ ・ひじき煮	25 312kcal セルフ天丼：ご飯に天ぷらをのせ丼たれをかければ天丼のできあがり！ 天ぷら盛合せ （春菊とごぼうのかき揚げ さつまいも天・かにかま磯辺天） ＊丼たれ＊ ・わかめとこんにゃくのサラダ ・ほうれん草のゴマ和え	26 栄養士厳選 おまかせメニュー
28 334kcal 回鍋肉 さばフライ ・わかめの中華サラダ ・小籠包	29 昭和の日	30 349kcal やわらかハンバーグ ＊トマトソース＊ イカフライ ・ナポリタン ・切干大根サラダ	Golden Week ゴールデンウィーク 29 April - 6 May GWのイベント情報 国営越後丘陵公園 チューリップまつり 湯沢高原・春の雪フェス 悠久山公園・桜まつり	メニュー表の色分け 赤文字はお肉料理 青文字はお魚料理 となります！	

ぬくもりだより

GOGO弁当 Lineup 是非、ご賞味下さい！

＊事前の予約が必要です。
＊専用注文書で注文して下さい。

豚の生姜焼き マヨビーム丼

生姜醤油の たっぷり唐揚げ

タレカツと 天丼のコラボ丼

びっくり チキンカツカレー

お弁当に関するご案内とお願い

- 主食の普通盛りのカロリーは370kcalです。
- 主食米は、国産米を使用しております。
- お届けするお弁当は、衛生管理上高温多湿を避け当日の午後1時までにお召し上がりください。
- 材料入手の関係でメニューが一部変更になる場合がございます。ご容赦ください。

ISO9001:2015認証取得事業所
農水省総合食料局長賞受賞
日本弁当サービス協会：HACCP認定工場

oisisanomessage GOURMAIL

【受付時間】
月曜日～金曜日 8:00～17:00
土曜日 8:00～12:00
（日・祝日はお休みです）

＊＊＊ご注文はこちらまで＊＊＊
TEL.0258-46-2341
FAX:0258-46-3106
http://www.guru-mail.jp
長岡グルメール