

# オンリーOne ま心

～ 9月の手作り日替弁当メニュー ～  
(前半分 9/1 ~ 9/14)

普通 ¥420

大盛... ¥440

おかずのみ... ¥350

(おかず容器は電子レンジ対応です)

日替わり弁当(例)



おにぎり弁当

¥280

日曜日以外の販売となります。  
数に限りがございますので、  
早めの注文をお願い致します。



美味しい牛すじカレー

牛すじカレー

オードフル承ります。

¥3,000～

普通 ¥500

大盛り ¥550

ルウのみ ¥350



※写真は ¥5,000 のものです

当日は午前9時30分まで

注文受付いたします。

## 献立表( 9/1 ~ 9/7 )

料金 ~ 普通 ¥420 大盛り ¥440 おかず ¥350

9/1 (火)

- ・ ごはん
- ・ 魚の唐揚げ  
おろしあんかけ
- ・ 含め煮
- ・ 小松菜とベーコンの  
たまごじ
- ・ みそサラダ
- ・ 漬物

アレルギー食品

豚・えび・卵・

9/2 (水)

- ・ ごはん
- ・ 牛肉のマスタード炒め
- ・ ソーセージフライ
- ・ 里芋の和風チーズ焼き
- ・ ごま和え
- ・ 漬物

アレルギー食品

牛・小麦・卵・乳・ごま

9/3 (木)

- ・ ごはん
- ・ 魚のごま味噌焼き
- ・ じゃが芋のキッシュ
- ・ アスパラつくね
- ・ 切干大根のおかか和え
- ・ 漬物

アレルギー食品

卵・鶏・ごま

9/4 (金)

- ・ ごはん
- ・ 牛肉のソース炒め
- ・ じゃが芋の味噌煮
- ・ むきえび入りの卵とじ
- ・ かぼちゃの  
ピーナッツ和え
- ・ 漬物

アレルギー食品

牛・えび・ピーナッツ・

9/5 (土)

- ・ ごはん
- ・ 焼き魚
- ・ 焼き肉風
- ・ つくね串
- ・ 揚げ茄子のごまたれかけ
- ・ 漬物

アレルギー食品

豚・鶏・卵・ごま

9/6 (日)

休み

アレルギー食品

9/7 (月)

- ・ ごはん
- ・ あじのカレーフライ
- ・ 里芋の煮ころがし
- ・ 牛肉の中華炒め
- ・ 青菜とハムの  
マヨポン和え
- ・ 漬物

アレルギー食品

小麦・卵・牛・

## 献立表( 9/8 ~ 9/14 )

料金 ~ 普通 ¥420 大盛り ¥440 おかず ¥350

9/8 (火)

- ・ ごはん
- ・ トンテキ
- ・ 塩さば
- ・ 豆腐のチャンプル
- ・ かぼちゃのサラダ
- ・ 漬物

アレルギー食品

豚・鯖・

9/9 (水)

- ・ ごはん
- ・ あじの辛みネギソース
- ・ 筑前煮
- ・ コロッケ
- ・ マカロニサラダ
- ・ 漬物

アレルギー食品

卵・鶏・小麦・

9/10 (木)

- ・ ごはん
- ・ ハンバーグ  
カレーソース
- ・ もやしと豚ひき肉の  
八宝菜
- ・ オムレツ(ホワイトソース)
- ・ 金平ごぼう

アレルギー食品

豚・牛・乳・ごま・卵

9/11 (金)

- ・ ごはん
- ・ あじフライ
- ・ 豚肉と木耳の  
たまごじ
- ・ 茄子の味噌炒め
- ・ 小松菜とさつま揚げの  
さっと煮
- ・ 漬物

アレルギー食品

豚・小麦・卵・

9/12 (土)

- ・ ごはん
- ・ 豚肉のソース炒め
- ・ かぼちゃ入りキュシュ
- ・ じゃが芋のかき揚げ
- ・ ごま和え
- ・ 漬物

アレルギー食品

豚・卵・ごま・小麦

9/13 (日)

休み

アレルギー食品

9/14 (月)

- ・ ごはん
- ・ 焼き肉風
- ・ 春巻き
- ・ 鮭の南蛮漬け
- ・ ごま和え
- ・ 漬物

アレルギー食品

牛・豚・ごま

毎日お昼自宅まで

配達いたします。

お気軽にお電話ください。

オンリーOne ま心  
TEL 0956-73-1556  
FAX 0956-65-3002