

月に1度の39 sDay



公式 SNS 更新中！



2/20(木)

サーモンフライ
イカリングフライ
ホタテ風味フライ

本社営業所

敦賀営業所

TEL.0778-52-6660 TEL.0770-21-2770
FAX.0778-52-9088 FAX.0770-21-2779

あいランチ



スマホで
メニューが見られます！

2月10日(月)

★メンチカツ

- ・淡路産の玉葱さつま揚げ
- ・ツナマカロニサラダ
- ・ナスの煮浸し

426kcal/ たんぱく質 12g 脂質 21g
炭水化物 47g 食塩相当量 3.6g

2月11日(火)

祝日

2月12日(水)

★アジフライ&海老カツ

- ・蓮根つくねの照り焼き
- ・ひじきサラダ
- ・白菜の煮浸し

333kcal/ たんぱく質 12.8g 脂質 15g
炭水化物 24.6g 食塩相当量 2.6g

2月13日(木)

★ささみフライ

- ・豆腐ステーキ味噌かけ
- ・海藻サラダ
- ・きのこスパゲティ

430kcal/ たんぱく質 16.7g 脂質 20.3g
炭水化物 36.8g 食塩相当量 4.4g

2月14日(金)

★ハムベーコンフライ

- ・ビーフンカレー炒め
- ・三角蒟蒻とがんもの煮物
- ・バレンタインチョコ

335kcal/ たんぱく質 9.8g 脂質 15.2g
炭水化物 38.6g 食塩相当量 3.3g

2月17日(月)

★豚唐揚げの甘酢和え

- ・春巻き&シューマイ
- ・ビビンバ炒め
- ・ちくわコーンサラダ

373kcal/ たんぱく質 16.7g 脂質 17.3g
炭水化物 36.7g 食塩相当量 3.5g

2月18日(火)

★メンチカツ&かき揚げ

- ・チキンカレー
- ・マカロニサラダ
- ・さつま揚げきんぴら焼肉味

422kcal/ たんぱく質 15.9g 脂質 17.4g
炭水化物 53.9g 食塩相当量 3.4g

2月19日(水)

★豚ヒレ肉の生姜焼き風炒め

- ・肉団子の黒酢風あんかけ
- ・若竹煮
- ・インゲンサラダ

357kcal/ たんぱく質 21.6g 脂質 10.7g
炭水化物 35.4g 食塩相当量 3.7g

2月20日(木)

★サーモンフライ

- ・イカリングフライ
- ・ホタテ風味フライ
- ・豚じゃがいも煮

444kcal/ たんぱく質 13g 脂質 22.1g
炭水化物 48.2g 食塩相当量 3.6g

2月21日(金)

★チキンステーキトマトソース

- ・きんぴらごぼう
- ・サイコロ高野豆腐煮
- ・もやしの酢の物

321kcal/ たんぱく質 22.3g 脂質 13g
炭水化物 26.7g 食塩相当量 2.9g

和風ランチ



2月10日(月)

★ホッケの照り焼き

- ・肉団子の黒酢風あんからめ
- ・マカロニサラダ

347kcal/ たんぱく質 20.6g 脂質 12.3g
炭水化物 33.6g 食塩相当量 2.5g

2月11日(火)

祝日

2月12日(水)

★ロースとんかつおろしポン酢

- ・かぼちゃ煮
- ・白菜の煮浸し

338kcal/ たんぱく質 15g 脂質 14.9g
炭水化物 36.4g 食塩相当量 2.4g

2月13日(木)

★赤魚の照り焼き

- ・ごぼ天と人参の煮物
- ・海藻サラダ

266kcal/ たんぱく質 14.6g 脂質 3.5g
炭水化物 10.5g 食塩相当量 2.3g

2月14日(金)

★大きなアジフライ

- ・蓮根つくね照り焼き
- ・バレンタインチョコ

286kcal/ たんぱく質 11.7g 脂質 12.6g
炭水化物 32.3g 食塩相当量 2.6g

2月17日(月)

★鯖の南部焼き

- ・豚そぼろ入り
きんぴらごぼう
- ・チンゲン菜煮浸し

379kcal/ たんぱく質 17g 脂質 22.5g
炭水化物 23.6g 食塩相当量 2.5g

2月18日(火)

★タラの天ぷら野菜あんかけ

- ・もやしハム炒め
- ・ひじきの酢の物

338kcal/ たんぱく質 20g 脂質 000g
炭水化物 31.9g 食塩相当量 2.6g

2月19日(水)

★赤魚の漬け焼き

- ・大根のそぼろ煮
- ・インゲン人参マヨサラダ

340kcal/ たんぱく質 16.1g 脂質 8.3g
炭水化物 16.3g 食塩相当量 1.7g

2月20日(木)

★ハンバーグきのこあんかけ

- ・マカロニサラダ
- ・蓮根のきんぴら

329kcal/ たんぱく質 13.8g 脂質 14.7g
炭水化物 32.7g 食塩相当量 3.1g

2月21日(金)

★海老カツ

- ・青しそツナスパゲティ
- ・サイコロ高野豆腐煮

279kcal/ たんぱく質 12.8g 脂質 12g
炭水化物 35.9g 食塩相当量 1.9g

数に限りがございますのでお早めにご注文下さい。食材の都合によりメニューが変更する場合もございます。毎週土曜日は、お休みです。



スマイルパン

151種類

3個セット(税込) 420円

・完全予約制・火曜日～金曜日・消費期限はお届けの日の翌日まで

2/11(火)

お休み

2/12(水)

お休み

2/13(木)

2/10(月)
12時締切り



- ・チーズカレーパン
- ・チョコクロワッサン
- ・シュガーレーズンパン

2/14(金)

2/12(水)
12時締切り



- ・チョリソーマヨパン
- ・メープルナッツ
- ・黒糖クリームロール

2/18(火)

2/14(金)
12時締切り



- ・マヨコーンパン
- ・マロンクロワッサン
- ・チョコクリームパン

2/19(水)

2/17(月)
12時締切り



- ・てりやきチキンピザ
- ・板チョコデニッシュ
- ・大粒ピーナッツロール

2/20(木)

2/18(火)
12時締切り



- ・角切りチーズと
ベーコンのパン
- ・クロワッサンクリーム
- ・メロンパン

2/21(金)

2/19(水)
12時締切り



- ・いちごクリームロール
- ・じゃがバターパン
- ・いちごジャムデニッシュ

2/20(木)

鶏ごぼう炊込ご御飯

