

# 12月 கொண்டை表

メニューが新しくなりました

添付ソース  
・天つゆ ・オリジナルソース ・おろしぼん酢 ・タルタルソース  
\*印の付いたメニューには、上記のいずれかの添付ソースがつきます。  
詳しくは、店舗スタッフか配達員にご確認ください。

月	火	水	木	金	土	日
3 大安 とり天トマトソース& 手づくりたまご焼 [弁] 塩分2.8g [652kcal] ・小松菜のおかか和え ・ひじき煮 ・ごはん [お] 塩分3.2g [405kcal] ・きんぴらごぼう ・小松菜のおかか和え ・ひじき煮・漬物	4 赤口 中華風野菜炒め& 広島産カキフライ [弁] 塩分3.2g [636kcal] ・いんげんのごま和え ・煮豆 ・ごはん [お] 塩分4.1g [458kcal] ・デミバーグ ・いんげんのごま和え ・煮豆・佃煮	5 締切日 先勝 さばの煮付け& たまご炒め [弁] 塩分5.2g [818kcal] ・きんぴらごぼう ・ポテトサラダ ・ごはん [お] 塩分5.3g [642kcal] ・ピーマンのケチャップ和え ・きんぴらごぼう ・ポテトサラダ・煮豆	6 友引 牛肉こんにゃく炒め& いかと野菜の黒酢あん [弁] 塩分3.8g [711kcal] ・小松菜のおかか和え ・きんぴらごぼう ・ごはん [お] 塩分4.4g [489kcal] ・とりと大根の煮物 ・小松菜のおかか和え ・きんぴらごぼう・漬物	7 大安 豚肉と大根の旨煮& *天ぷら盛合せ [弁] 塩分4.5g [639kcal] ・いんげんのごま和え ・切干大根 ・ごはん [お] 塩分5.5g [403kcal] ・白菜ときくらげの煮浸し ・いんげんのごま和え ・切干大根・佃煮	1 先負 2 仏滅	8 赤口 9 先勝
10 友引 豚肉のしょうが焼& 手づくりたまご焼 [弁] 塩分3.1g [668kcal] ・小松菜のおかか和え ・ひじき煮 ・ごはん [お] 塩分3.5g [408kcal] ・彩やさい昆布 ・小松菜のおかか和え ・ひじき煮・漬物	11 先負 ビフテキ* 根菜のデミソース和え [弁] 塩分3.0g [680kcal] ・いんげんのごま和え ・煮豆 ・ごはん [お] 塩分4.0g [489kcal] ・こんにゃくの炒め煮 ・いんげんのごま和え ・煮豆・佃煮	12 締切日 仏滅 とりすき煮& 手づくりたまご焼 [弁] 塩分4.6g [702kcal] ・きんぴらごぼう ・いんげん天 ・ポテトサラダ・ごはん [お] 塩分4.5g [472kcal] ・切干大根 ・きんぴらごぼう ・ポテトサラダ・煮豆	13 大安 さばのみそ煮& *天ぷら盛合せ [弁] 塩分4.6g [752kcal] ・小松菜のおかか和え ・きんぴらごぼう ・ごはん [お] 塩分5.0g [498kcal] ・ひじき煮 ・小松菜のおかか和え ・きんぴらごぼう・漬物	14 赤口 豚肉の甘辛煮& 豆腐のはさみ揚 [弁] 塩分4.5g [674kcal] ・いんげんのごま和え ・切干大根 ・ごはん [お] 塩分5.0g [453kcal] ・れんこんとコーンのサラダ ・いんげんのごま和え ・切干大根・佃煮	15 先勝 16 友引	
17 先負 とり天トマトソース& 手づくりたまご焼 [弁] 塩分2.8g [652kcal] ・小松菜のおかか和え ・ひじき煮 ・ごはん [お] 塩分3.2g [405kcal] ・きんぴらごぼう ・小松菜のおかか和え ・ひじき煮・漬物	18 仏滅 中華風野菜炒め& 広島産カキフライ [弁] 塩分3.2g [636kcal] ・いんげんのごま和え ・煮豆 ・ごはん [お] 塩分4.1g [458kcal] ・デミバーグ ・いんげんのごま和え ・煮豆・佃煮	19 締切日 大安 さばの煮付け& たまご炒め [弁] 塩分5.2g [818kcal] ・きんぴらごぼう ・ポテトサラダ ・ごはん [お] 塩分5.3g [642kcal] ・ピーマンのケチャップ和え ・きんぴらごぼう ・ポテトサラダ・煮豆	20 赤口 牛肉こんにゃく炒め& いかと野菜の黒酢あん [弁] 塩分3.8g [711kcal] ・小松菜のおかか和え ・きんぴらごぼう ・ごはん [お] 塩分4.4g [489kcal] ・とりと大根の煮物 ・小松菜のおかか和え ・きんぴらごぼう・漬物	21 先勝 豚肉と大根の旨煮& *天ぷら盛合せ [弁] 塩分4.5g [639kcal] ・いんげんのごま和え ・切干大根 ・ごはん [お] 塩分5.5g [403kcal] ・白菜ときくらげの煮浸し ・いんげんのごま和え ・切干大根・佃煮	22 友引 23 先負 天皇誕生日	
24 振替休日 仏滅 	25 大安 ビフテキ* 根菜のデミソース和え [弁] 塩分3.0g [680kcal] ・いんげんのごま和え ・煮豆 ・ごはん [お] 塩分4.0g [489kcal] ・こんにゃくの炒め煮 ・いんげんのごま和え ・煮豆・佃煮	26 締切日 赤口 とりすき煮& 手づくりたまご焼 [弁] 塩分4.6g [702kcal] ・きんぴらごぼう ・いんげん天 ・ポテトサラダ・ごはん [お] 塩分4.5g [472kcal] ・切干大根 ・きんぴらごぼう ・ポテトサラダ・煮豆	27 先勝 さばのみそ煮& *天ぷら盛合せ [弁] 塩分4.6g [752kcal] ・小松菜のおかか和え ・きんぴらごぼう ・ごはん [お] 塩分5.0g [498kcal] ・ひじき煮 ・小松菜のおかか和え ・きんぴらごぼう・漬物	28 友引 豚肉の甘辛煮& 豆腐のはさみ揚 [弁] 塩分4.5g [674kcal] ・いんげんのごま和え ・切干大根 ・ごはん [お] 塩分5.0g [453kcal] ・れんこんとコーンのサラダ ・いんげんのごま和え ・切干大根・佃煮	29 先負 30 仏滅	
31 大安	1 元日 赤口	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅 6 赤口	

今年も一年間、ご愛顧いただきありがとうございました。

年始のお届けは1月7日(月)からとなります。  
お休み期間中のご連絡は、お届け担当スタッフまでお願いします。  
(年始1月7日(月)~のご注文の締切は12月26日(水)です)

ほっか食楽

●都合により急遽メニューを変更する場合がございます。●食事制限などをされているお客さまは、事前に専門店にご相談ください。●栄養成分値は計算値です。●原材料事情や調理工程により、実際にご提供する商品の数値には差異が生じる場合がありますのでご了承ください。●全てのメニューにたまごが含まれます。アレルギーをお持ちの方はご注意ください。  
\*ビフテキは、味と大きさを整えるための成形加工をしております