

日替わり弁当【黒】

メニュー詳細

月	火	水	木	金
1 455kcal エビフライ&白身魚フライ 春野菜のペペロンチーノ 五目きんぴら 大根と胡瓜のマヨワサ タレ付き肉団子	2 254kcal 甘辛ねぎま炒め 揚げ餃子 厚揚げと春雨の四川煮 小松菜のおかか和え 白花豆	3 322kcal ネギ塩だれ炭火風焼肉 チキンカツ 五目煮豆 インゲンとえのきの酢味噌和え 八幡巻	4 490kcal 肉じゃが 鶏のから揚げ ビーフンと挽肉のソテー フレンチサラダ 抹茶わらび餅	5 248kcal 親子煮 ハムマヨサラダフライ キャベツザーサイ炒め 三色ナムル カップなめ茸
8 313kcal 豚肉と茄子の春雨オイスター炒め アジフライ 蓮根とベーコンのガーリックソテー 胡瓜ともやしの和え物 竹の子シューマイ	9 442kcal ポークカレー トマト包みメンチ 玉子木くらげ炒め こんにゃくのおかか マカロニサラダ	10 265kcal チーズインハンバーグ 筑前煮 厚焼玉子 豆腐とわかめのチョレギサラダ	11 387kcal 牛肉とコーンのペッパーステー クリーミーコーンコロケ がんもと人参の煮物 春雨中華サラダ 佃煮	12 424kcal 天ぷら三種盛り 東松山ネギ味噌焼とん あさりの切干大根煮 キャベツと紅生姜の和え物 カップなめ茸
15 307kcal 麻婆豆腐 鶏のハーブ&スパイス焼 じゃがいもウインナーのソテー ワカメと白滝の中華和え 野沢菜わさび	16 413kcal ビックラムカツ スパゲティペスカトーレ 鶏とキャベツのペペロンソテー ブロッコリーオーロラソース キムチもやし	17 418kcal スタミナ焼肉 たっぷりコーンフライ 大根と椎茸の煮物 グリーンサラダ さつま揚げの利久焼	18 450kcal 鶏天 肉ニラもやし炒め 海鮮ビーフンソテー おぐらの生姜昆布和え 粉ふき芋	19 418kcal 豚丼風煮 Wイカフライ 高菜ともやしの中華炒め スパゲティサラダ かみなりこんにゃく
22 381kcal 広東春雨 カニクリームコロケ 茄子と干瓢の白煮 こまつな和え ミートボール	23 413kcal チキン南蛮 回鍋肉 五目ひじき煮 ザーサイもやし炒め マッシュパンプキン	24 439kcal ポークストロガノフ さっくりメンチカツ きのことマカロニのソテー 菜の花と竹輪の胡麻和え うぐいす豆	25 291kcal バーベQハンバーグ 竹の子と大豆の煮物 ほうれん草ナムル 紅白花形さつま	26 449kcal とんかつ 豚バラとキャベツの塩だれ炒め 切干大根煮 イタリアンサラダ 肉焼売
29	30			
	お休み 日替わり【赤】のみにになります。			

曜日変わり

月

-Mon-

火

-Tue-

水

-Wed-

木

-Thu-

金

-Fri-

特上のり弁

リニューアル中、しばらくお待ちください。

電子レンジ可

丼
500円



柔らかチキンソースカツ丼



焼肉毛沢東丼（ポテト入）



タルタルのり弁



とりめし丼



にんにくの芽甘たれ焼肉丼

電子レンジ可

おすすめ

ご飯は選べます

550円

△レンジで温める時、キャベツのバックを取り出して下さい。

●おかずのみのカロリー表記になります。



自家製キャップハンバーグフィレオフィッシュ



下町ホリちゃんの唐揚げ



下町ホリちゃんのヤンニョムチキン



下町ホリちゃんの唐揚げ



下町ホリちゃんのチキン南蛮

電子レンジ可

カラフル2段

580円



チキンと大豆のグリーンカレー



沖縄タコライス



ラーメン屋の店主が作るてりまヨチャーシュー



蕎麦屋のカレー南蛮めし



NEW 麻婆春雨（豚ホルモン入）

電子レンジ可

魚

680円

●副菜はおまかせです。

●写真はイメージです。



甘塩鮭弁当



さば塩焼弁当



甘塩鮭弁当



さば塩焼弁当



甘塩鮭弁当

電子レンジ可

スマートミール

600円

●ご飯は雑穀米です。



若鳥の南蛮漬きのこと野菜炒め



さわらの西京焼根菜炒め煮（骨無）



お豆たっぷりポークビーンズ三角厚揚げの煮物



和風弁当さば香味焼と煮物



チキントマトソース彩りポトフ

電子レンジ可

カレー

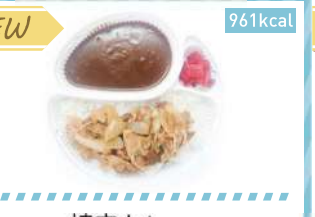
600円



チーズハンバーグカレー



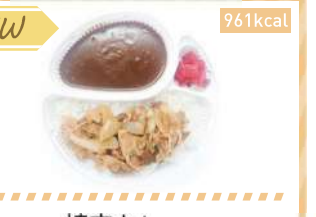
NEW フィレオフィッシュカレー



NEW 焼肉カレー



NEW 唐揚げウインナーカレー



NEW 焼肉カレー

なくなり次第終了

SALE

豚汁

100円

簡単

便利

時短

スマホで簡単！
個人注文・個人決済



お弁当TVではスマートフォンやパソコンを使い、どこからでもご注文ができて、お支払いも個人で出来るサービスがございます。

●注文方法



登録済みのメールアドレスとパスワードを入力してログイン



確認して間違いなければ注文する

●決済方法

決済方法 01

コンビニ

翌月初めに御社へまとめて個人宛の請求書が届きます。

step. 01 その場でバーコードからキャッシュレス決済ができます。

step. 02 コンビニでお支払い頂けます。

決済方法 02

クレジットカード

step. 01 当月末に個人宛にご請求メールが届きます。

step. 02 カード番号を入力して決済。

スマートミールとは？

健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のこと。つまり一食の中で、主食・主菜・副菜が揃い野菜がたっぷり食塩のとり過ぎにも配慮した食事のことです。

このお弁当はスマートミールの「ちゃんと」の基準（450～650kcal 未満）を満たしています。

栄養バランスを考えて「ちゃんと」食べたい女性や中高年男性の方向け

スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。健康づくりには、スマートミールのような、栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かし、禁煙、節酒を心がけるなど、適正な生活習慣が重要です。また、現在治療を受けておられる方は、主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。

