



月	火	水	木	金	土
<b>30</b> ・ゴマダレ豚しゃぶ  ・えびフライ ・厚揚げ煮物 ・きんぴらごぼう ・いんげん白和え ★ポテトサラダ	<b>31</b> ・バーベキューチキン  ・赤魚あげびたし ・キノコパスタ ・こんにゃくおかか煮 ・小松菜胡麻和え ★ツナきゃべつサラダ	<b>1</b> ・ひき肉と茄子の カレー炒め ・アジフライ ・きゅうりサラダ ・切り干し大根の煮物 ・ミニトマトのマリネ ★かぼちゃ	<b>2</b> ・チキンのトマト煮  ・白身磯部揚げ ・人参と豆のサラダ ・マカロニサラダ ・ひじき煮物 ★ブロッコリーサラダ	<b>3</b> ・春キャベツ メンチカツ ・焼き魚 ・高野豆腐煮 ・蓮根きんぴら ・ヤンニョムちくわ ★だし巻き卵	<b>4</b> ・ささ身チーズピカタ  ・焼き魚 ・ジャガイモ煮物 ・高菜ビーフン ・こんにゃくきんぴら ★かぼちゃサラダ
<b>6</b> ・豆腐ハンバーグ  ・エビチリマヨ ・人参しりしり ・小松菜おかか和え ・里芋煮物 ★フライドポテト	<b>7</b> ・豚肉のプルコギ風 炒め ・魚南蛮漬け ・ブロッコリーごま和え ・きゅうり酢もの ・もやし油揚げ ★ウインナー	<b>8</b> ・チキンオリーブ オイル焼き ・魚マリネ ・とうもろこし白和え ・コールスロー ・インゲン胡麻和え ★芋天ぷら	<b>9</b> ・大葉チーズ肉巻き フライ ・焼き魚 ・茄子揚げびたし ・切り干し大根サラダ ・豆のサラダ ★きゃべつ油揚げ	<b>10</b> ・照り焼き肉団子  ・焼き魚 ・がんも煮 ・人参フライ ・レンコン梅サラダ ★スクランブルエッグ	<b>11</b> ・ポークソテー ジャポネソース ・魚フライ ・大根きんぴら ・かぼちゃ煮物 ・ほうれん草胡麻和え ★野菜マリネ

肉・魚・野菜・根菜など旬の食材をバランス良く使用した手作り弁当です。

・ **Oisina デラックス**    16雑穀米... 650円 、 白ごはん... 630円

・ **Oisina レギュラー**    16雑穀米... 600円 、 白ごはん... 580円

・ **Oisina スモール**    16雑穀米... 530円 、 白ごはん... 520円

スモールには、★印の惣菜はつきません。 ※土曜日は、白ごはんのみになります。

前日予約受け付けています。当日はam.8時30分~10時45分くらいまでにご注文いただければ1個から配達いたします

手作りのため、日の当たるところはさけ、冷蔵庫に保管して本日の2時までにお召し上がりください。

福岡市中央区港2丁目4-28-2  
SANZO Inc.