

# 福助弁当【9月の献立で一す★】

惣菜セット	<b>料金表</b> ・惣菜セット400円（配達520円） ・白米100円（配達130円） ・丼弁500円（配達650円） ・その他 配達料金 価格の30%頂きます。 （1,000円以上お買い上げで配達料無料）				<b>9/1(金)</b>	<b>9/2(土)</b>
					ニラ海老玉	鯖の麹漬け焼き
					ほうれん草の薬和え	肉じゃが
					変わりきんぴら	白菜のポン酢和え
丼弁500円			エネルギー508kcal たんぱく質 23.0g	エネルギー660kcal たんぱく質 22.1g	脂質 12.0g 食塩相当量 1.9g	脂質 22.8g 食塩相当量 1.6g
その他			冷やし中華	天丼	バナナヨーグルトケーキ150円	
	<b>9/4(月)</b>	<b>9/5(火)</b>	<b>9/6(水)</b>	<b>9/7(木)</b>	<b>9/8(金)</b>	<b>9/9(土)</b>
惣菜セット	海老フライ	鯖の利休焼き	まぐろの味噌漬け焼き	チキン南蛮	シイラのフライ	秋刀魚の香味焼き
	ブロッコリーのたらこ和え	筑前煮	炒り豆腐	白菜と油揚げの和え物	マカロニサラダ	焼きビーフン
	ひじきの煮物	白菜のじゃこ和え	法蓮草の胡麻和え	里芋の煮物	大根のそぼろあんかけ	茄子の生姜醤油和え
	エネルギー665kcal たんぱく質 23.0g	エネルギー516kcal たんぱく質 26.4g	エネルギー550kcal たんぱく質 23.8g	エネルギー644kcal たんぱく質 21.5g	エネルギー667kcal たんぱく質 24.2g	エネルギー615kcal たんぱく質 19.7g
	脂質 26.9g 食塩相当量 1.6g	脂質 12.0g 食塩相当量 1.9g	脂質 17.6g 食塩相当量 2.0g	脂質 23.0g 食塩相当量 2.1g	脂質 24.4g 食塩相当量 2.5g	脂質 24.7g 食塩相当量 2.0g
丼弁500円	カツカレー	うな丼	天ぷらそば	ちらし寿司	サンドイッチ&トマト煮	エビピラフ
その他		チーズケーキ150円	かぼちゃプリン150円			
	<b>9/11(月)</b>	<b>9/12(火)</b>	<b>9/13(水)</b>	<b>9/14(木)</b>	<b>9/15(金)</b>	<b>9/16(土)</b>
惣菜セット	豚しゃぶのゴマダレ	天麩羅	チキンピカタ	太刀魚の香味焼き	とんかつ	鯖の西京焼き
	南瓜サラダ	五目煮豆	白菜の柚子胡椒和え	干瓢の煮物	ひじきの煮物	大豆サラダ
	大根ととびこの酢の物	蕪のあчыら漬け	大根のフレーク煮	蕪の切り昆布の和え物	水菜のお浸し	切り干し大根の煮物
	エネルギー633kcal たんぱく質 20.7g	エネルギー601kcal たんぱく質 20.8g	エネルギー555kcal たんぱく質 22.8g	エネルギー643kcal たんぱく質 19.7g	エネルギー718kcal たんぱく質 22.3g	エネルギー663kcal たんぱく質 23.5g
	脂質 23.6g 食塩相当量 2.4g	脂質 15.8g 食塩相当量 1.5g	脂質 17.7g 食塩相当量 1.7g	脂質 28.0g 食塩相当量 2.0g	脂質 30.6g 食塩相当量 2.5g	脂質 21.3g 食塩相当量 2.1g
丼弁500円	ハンバーグ丼弁	ローストビーフ丼弁	カツ丼	金目鯛の煮付け丼弁	チャーハン	ハヤシライス
その他			黒糖蒸しパン150円			
	<b>9/18(月)</b>	<b>9/19(火)</b>	<b>9/20(水)</b>	<b>9/21(木)</b>	<b>9/22(金)</b>	<b>9/23(土)</b>
惣菜セット	祝惣菜	豆腐ハンバーグ	鶏肉の味噌漬け焼き	チンジャオロース	カニ玉風	鮭のちゃんちゃ焼き
		胡瓜とカニカマの酢の物	切り干し大根の煮物	鱈の塩焼き	里芋の煮付け	ほうれん草の辛し和え
		茄子のきんぴら	春雨サラダ	白菜の胡麻和え	カリフラワーさき身サラダ	じゃが芋のそぼろ煮
		エネルギー582kcal たんぱく質 23.2g	エネルギー585kcal たんぱく質 18.4g	エネルギー535kcal たんぱく質 27.4g	エネルギー548kcal たんぱく質 21.2g	エネルギー517kcal たんぱく質 25.2g
	脂質 19.5g 食塩相当量 2.8g	脂質 21.0g 食塩相当量 2.0g	脂質 13.6g 食塩相当量 2.2g	脂質 13.8g 食塩相当量 3.1g	脂質 6.4g 食塩相当量 1.7g	
丼弁500円	寿弁当	鱈フライ丼弁	中華丼	天丼	太巻き寿司丼弁	うな丼
その他					太巻き寿司1/2本200円	
	<b>9/25(月)</b>	<b>9/26(火)</b>	<b>9/27(水)</b>	<b>9/28(木)</b>	<b>9/29(金)</b>	<b>9/30(土)</b>
惣菜セット	鰯の香味焼き	カジキの照り焼き	鱈フライ	豚しゃぶのネギソース	鮭の粕漬け焼き	餃子
	南瓜の煮付け	がんもの煮物	白菜の浅漬け	グラタン	水菜のお浸し	里芋の煮物
	炒り豆腐	柿なます	五目煮豆	胡瓜の酢味噌和え	春雨の炒め物	味噌マヨサラダ
	エネルギー653kcal たんぱく質 25.6g	エネルギー576kcal たんぱく質 23.4g	エネルギー590kcal たんぱく質 25.1g	エネルギー678kcal たんぱく質 25.0g	エネルギー554kcal たんぱく質 27.9g	エネルギー584kcal たんぱく質 17.5g
	脂質 22.6g 食塩相当量 1.9g	脂質 16.0g 食塩相当量 1.9g	脂質 16.2g 食塩相当量 1.5g	脂質 26.1g 食塩相当量 2.0g	脂質 108g 食塩相当量 1.9g	脂質 15.1g 食塩相当量 1.5g
丼弁500円	角煮丼弁	焼きそば&から揚げ	赤飯と鮭南蛮	オムライス	親子煮	牛丼
その他			抹茶のパウンドケーキ150円			チーズ蒸しパン150円



福助ホームページ⇒

※エネルギー量は、米飯150gで計算しております。 ※消費期限は、当日の19:00までとなっておりますのでお早めにお召し上がりください。

中原店 ☎054-269-6683 ✉ fukusuke6683@gmail.com 担当: 田森  
 清水店 ☎054-376-6811 ✉ fukusuke6686@gmail.com 担当: 吉田

# 福助弁当

## 料金表

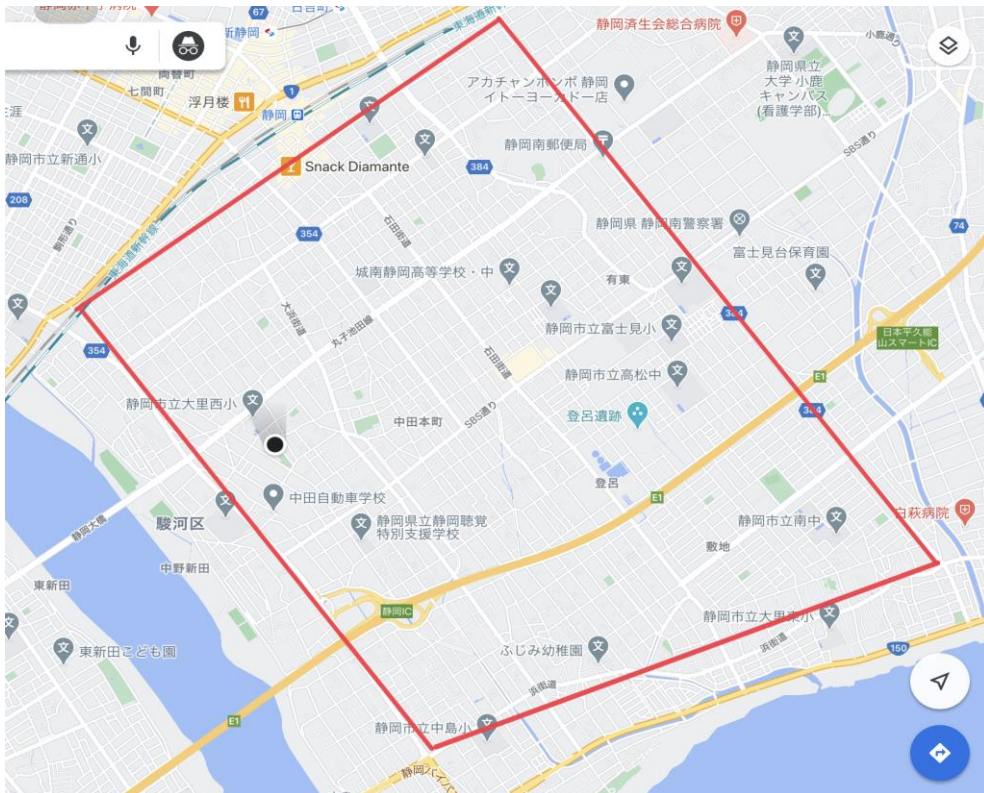
- ・惣菜セット400円（※配達520円）
- ・白米100円（※配達130円）
- ・弁当500円（※配達650円）

1,000円以上購入で配達料無料

販売時間：15:00~18:00（日曜休み）

※配達料金は、価格の30%となります

配達範囲：デイサービス福助周辺 赤枠内



デイサービス福助ホームページ



福助ホームページ⇒

福助弁当公式



福助弁当ライン⇒

