

福助弁当【11月の献立で一す★】

		11/1(水)	11/2(木)	11/3(金)	11/4(土)		
惣菜セット		鯖のおろし煮	豚肉と舞茸のくわ焼き	秋刀魚の香味焼き	おろしハバーク		
		ブロッコリーのたらこ和え	コールスローサラダ	肉じゃが	南瓜の胡麻和え		
		卵の花炒り煮	里芋の柚子みそかけ	胡瓜の酢味噌和え	青梗菜とハムの卵とじ		
		エネルギー669kcal たんぱく質 23.2g	エネルギー615kcal たんぱく質 20.2g	エネルギー720kcal たんぱく質 24.7g	エネルギー650kcal たんぱく質 23.7g		
		脂質 28.2g 食塩相当量2.2g	脂質 18.9g 食塩相当量2.5g	脂質 27.8g 食塩相当量2.2g	脂質 21.1g 食塩相当量2.0g		
弁当500円		牛ごぼうのあんとうどん	栗ご飯 200円	親子丼	エビピラフ		
その他							
		11/6(月)	11/7(火)	11/8(水)	11/9(木)	11/10(金)	11/11(土)
惣菜セット	鯡のカレームニエル	酢鶏	豚の生姜焼き	金目鯛の煮付け	鯖の塩焼き	鮭のムニエル	
	ほうれん草とえのきのお浸し	くらげの酢の物	焼き茄子	じゃが芋のそぼろ煮	筑前煮	ポテトサラダ	
	南瓜サラダ	ポテトサラダ	薩摩芋のいとこ煮	春雨サラダ	胡瓜の酢の物	ビーフン炒め	
	エネルギー560kcal たんぱく質 22.6g	エネルギー620kcal たんぱく質 20.2g	エネルギー647kcal たんぱく質 19.9g	エネルギー570kcal たんぱく質 20.5g	エネルギー602kcal たんぱく質 22.8g	エネルギー673kcal たんぱく質 23.9g	
	脂質 16.0g 食塩相当量1.5g	脂質 19.4g 食塩相当量2.2g	脂質 16.9g 食塩相当量2.4g	脂質 11.6g 食塩相当量1.9g	脂質 23.2g 食塩相当量1.7g	脂質 25.9g 食塩相当量1.9g	
弁当500円	中華丼	天井	鶏の照り焼き丼	カツカレー	ローストビーフ丼	うな丼	
その他							
		11/13(月)	11/14(火)	11/15(水)	11/16(木)	11/17(金)	11/18(土)
惣菜セット	しゅうまい	カジキの和風汁	鶏肉の照り焼き	チキンピカタ	鯡フライ	豚肉のにんにく炒め	
	里芋の煮物	切り干し大根の煮物	野菜炒め	さつまいものレモン煮	大根と鶏肉の煮物	五目煮豆	
	キャベツのおかか和え	インディアンサラダ	さつまいもサラダ	胡瓜とじゃこの酢の物	小松菜の辛し和え	春菊の胡麻和え	
	エネルギー537kcal たんぱく質 21.3g	エネルギー566kcal たんぱく質 20.0g	エネルギー640kcal たんぱく質 20.5g	エネルギー591kcal たんぱく質 20.8g	エネルギー596kcal たんぱく質 26.4g	エネルギー609kcal たんぱく質 24.7g	
	脂質 11.4g 食塩相当量1.6g	脂質 15.8g 食塩相当量1.5g	脂質 19.4g 食塩相当量1.5g	脂質 17.7g 食塩相当量1.2g	脂質 19.2g 食塩相当量2.0g	脂質 16.7g 食塩相当量2.0g	
弁当500円	オムライス	チラシ寿司	赤飯&春巻き	焼き豚丼	ソースカツ丼	かに玉	
その他			赤飯1パック 200円				
		11/20(月)	11/21(火)	11/22(水)	11/23(木)	11/24(金)	11/25(土)
惣菜セット	カレーの味噌漬け焼き	鶏南蛮	鯡の南蛮漬け	フライ盛り合わせ	鶏肉の靴漬け焼き	鯖の味噌煮	
	南瓜サラダ	白菜の酢の物	蓮根の煮物	じゃがいものそぼろあんかけ(西じゃが)	千草焼き	かぼちゃの煮付け	
	もやしのカレー炒め	きんぴらごぼう	じゃが芋のたらこ和え	小松菜の昆布茶和え	白菜と油揚げの和え物	茄子とハムのサラダ	
	エネルギー583kcal たんぱく質 23.0g	エネルギー634kcal たんぱく質 19.7g	エネルギー646kcal たんぱく質 22.0g	エネルギー499kcal たんぱく質 22.1g	エネルギー464kcal たんぱく質 22.4g	エネルギー562kcal たんぱく質 18.1g	
	脂質 14.0g 食塩相当量2.7g	脂質 23.7g 食塩相当量2.1g	脂質 20.7g 食塩相当量2.2g	脂質 12.3g 食塩相当量1.9g	脂質 20.1g 食塩相当量1.5g	脂質 25.5g 食塩相当量2.0g	
弁当500円	太巻き寿司&コロケ	鯡フライ	ハンバーグ丼	うな丼	カツ丼	天井	
その他	太巻き寿司1/2本 200円						
		11/27(月)	11/28(火)	11/29(水)	11/30(木)	<ul style="list-style-type: none"> 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) その他 配達料金価格の30%頂きます。	
惣菜セット	メバルの味噌漬け焼き	豚肉とまいたけのくわ焼き	他人煮	ニラ海老玉			
	水菜のお浸し	炒り豆腐	オーロラサラダ	ほうれん草の栗和え			
	厚揚げの炒め物	白菜のゆかり和え	南瓜の胡麻和え	ジャーマンポテト			
	エネルギー571kcal たんぱく質 28.0g	エネルギー569kcal たんぱく質 22.1g	エネルギー627kcal たんぱく質 21.9g	エネルギー592kcal たんぱく質 25.0g			
脂質 17.2g 食塩相当量1.8g	脂質 18.3g 食塩相当量2.6g	脂質 19.8g 食塩相当量1.7g	脂質 19.2g 食塩相当量2.6g				
弁当500円	牛丼	サンドウィッチ&トマト煮	あさりご飯&鯖の味噌煮	チャーハン&焼売			
その他							



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
 福りは店 ☎054-291-6720 ✉ fukuriha2929@yahoo.co.jp

福助弁当

料金表

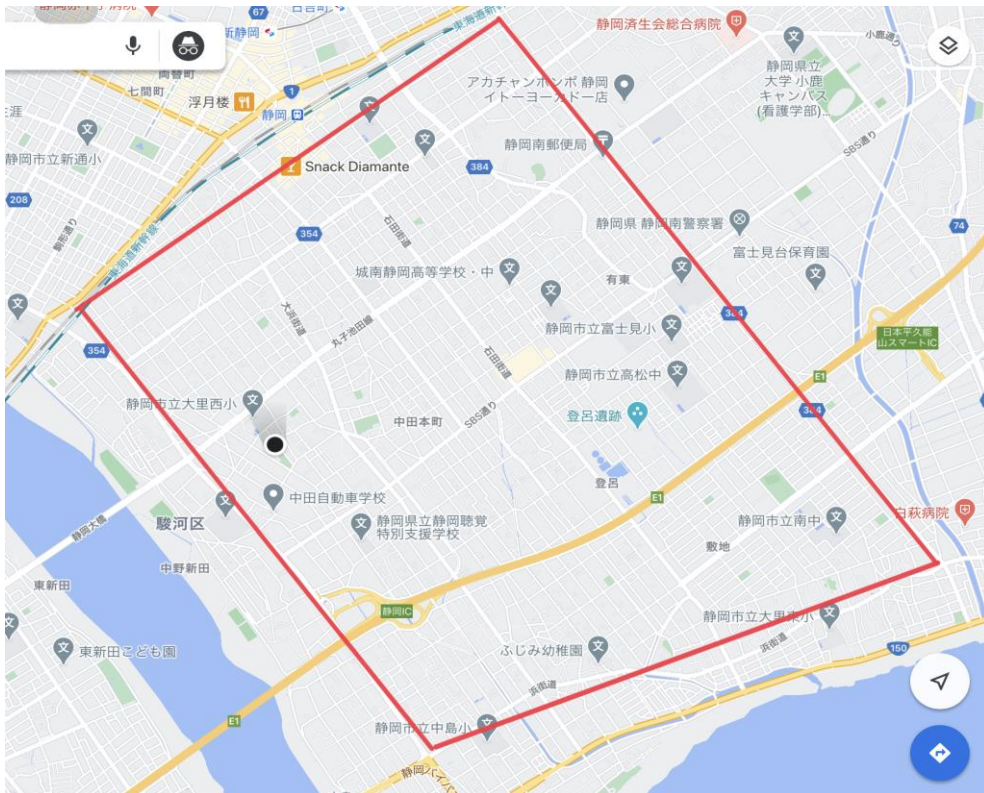
- ・惣菜セット400円（※配達520円）
- ・白米100円（※配達130円）
- ・弁当500円（※配達650円）

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⇒

