



マザーズランチ 注文シート

会社名

内線:

担当:

様

ご住所(店頭受取りの方は販売所名)

お電話番号

※お昼間にご連絡のつく番号でお願い致します

()

-

A・Bランチのご注文は、おかず選択 → ごはん選択 ※おかずのみご希望の方はごはんの選択不要♪

MON

お休み



【マザーズランチ料理教室のお知らせ】

栄ガスビルにてお料理教室開催します♪「Instagramで映える!!お弁当作りのコツ」をテーマに豚肉のベジタブルロール焼き・お花型のたまご焼き・作り置きにピッタリのレモン大根など作ります。夜の部もありますのでぜひぜひみなさんのご参加をお待ちしてまーす!!

- 9月7日(金) 19:00~21:00
- 9月8日(土) 10:30~12:30

お申込み・お問い合わせは↓

【東邦ガスカルチャースクール】 052-242-7177

7/16

TUE

Aランチ チンジャオオロス

¥500 個

れんげ米ごはん ¥100 個

ビタミンたっぷりピーマンを3種類使った本格チンジャオオロス!!中華メニューはごはんがもりもり食べられますね♪

OR

Bランチ PURIPURI海老チリソース

¥500 個

雑穀くるみ御飯 ¥150 個

大きめの海老を使った大人気の海老チリ!!ざく切り玉ねぎがにんにくの代わり。ランチでも安心して食べられます☆

7/17

Cランチ 温野菜の肉味噌かけ&雑穀くるみ御飯(B)

¥550 個

わかめ入りチョレギサラダ

栄養分がギュッと詰まった温野菜に肉味噌をプラス。15種類の雑穀&栄養たっぷりのくるみを使った香ばしいごはんとうぞ♪

¥150 個

WED

Aランチ 豚ヒレ肉の梅しそフライ

¥500 個

れんげ米ごはん ¥100 個

鉄分豊富で脂肪分の少ない豚ヒレ肉にさっぱり梅しそをはさんだフライは女性にも大人気!!

OR

Bランチ 赤魚の粕漬け焼き(愛知の地酒東龍使用)

¥500 個

十六雑穀ごはん ¥150 個

酒屋さんから特別入荷の東龍の酒粕を使用したメニュー♪この機会にぜひどうぞ!!

7/18

Cランチ イカと大根の煮物&人参とツナの混ぜ御飯(A)

¥550 個

れんこんきんぴらのせサラダ

イカのダシがしみこんだしみじみおいしい煮物。人参の甘みがおいしい混ぜ御飯とうぞ♪

¥150 個

THU

Aランチ たっぷり野菜の酢豚 黒酢風味

¥500 個

れんげ米ごはん ¥100 個

野菜がたっぷり入った栄養満点メニュー!!カラダ喜ぶ黒酢で仕上げました☆

OR

Bランチ サーモンの明太マヨ焼き(やまの明太子使用)

¥500 個

大豆入り発芽玄米ごはん ¥150 個

新鮮なサーモンに自家製明太マヨソースをのせて香ばしく焼き上げます!!女性に好評のメニューです☆

7/19

Cランチ けんちん風煮物&大豆入り発芽玄米ごはん(A)

¥550 個

ひじきとお豆のバランスサラダ

野菜がごろっと入ったけんちん風煮物。コロコロ国産大豆が入った栄養満点ごはんとうぞ♪

¥150 個

FRI

Aランチ 若鶏ともみじたまごのさっぱり煮

¥500 個

れんげ米ごはん ¥100 個

この季節限定の醤油と酢をベースにしたスタッフに人気のさっぱり煮。純国産のもみじたまごとどうぞ♪

OR

Bランチ メカジキのCHEESEinフライ カレー風味

¥500 個

十六雑穀ごはん ¥150 個

人気メニューが復活!!メカジキを食べやすいサイズにカットしてチーズをはさみカレー風味に仕上げました♪

7/20

Cランチ 四川風マーボーなす&きのこピラフ(B)

¥550 個

グレルきのこ野菜のサラダ

旬のなすをたっぷり使ったマーボーなす。リクエストの多い人気メニューです!!

¥150 個

●合計金額¥600以上でお届けさせていただきます。

●ご注文締切りは当日10:00となります。

※一部エリア及び大盛・小盛・おかずのみ・サラダのご注文は前営業日14:00までとなります。

※仕入の都合によりメニューが一部変更になる場合がございます。

栄養成分など詳細はこちらで毎朝更新♪

オーガニック野菜やおそうぎの通販もしてます!!



FAX:052-909-6662