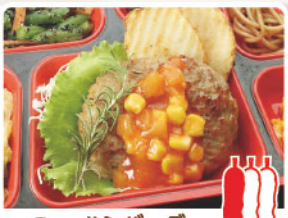
2022年
〈令和4年〉
10月

企業向け宅配弁当サービス ミノヤランチ

Minoya Lunch

おから

おからは豆腐を作るときに出るしぼりかすです。「卵(う)の花(はな)」とも呼びます。和食の世界では、本来の食材の呼び名ではなく、別の名前で呼ぶケースがあります。卵の花という名前は白いウツギの花にたとえて付けられたようです。小さな花が集まる様子がおからと似ていることから、おからは卵の花ともいわれるようになりました。また、おからは「雪花菜」(きらず)と書くこともあります〈切らずにそのまま使える意〉。

月	火	水	木	金
		かおりご飯		絶品
3 つくね 麻婆豆腐 291kcal 登山の日	**4** ヒレカツ マカロニ高菜炒め 355kcal イワシの日	**5** 餃子のもやしあん ハムステーキ 183kcal 昨対要記念日	**6** ハンバーグ サルサソース 400kcal 国際協力の日	**7** 特製☆鶏の唐揚げ 蓮根金平 332kcal 盗難防止の日
10 スポーツの日 目の愛護デー	栄養士おすすめ 相性抜群! **11** ロースとんかつ 野菜カレー 400kcal ウィンクの日	**12** 天ぷら盛り合わせ 春雨チャプチェ 212kcal 豆乳の日	**13** 豚の黒酢あんかけ 野菜のうま煮 321kcal 引っ越しの日	**14** ミノヤ特製 鶏のスパイシー唐揚げ 300kcal 鉄道の日
17 豚の生姜炒め 金平ごぼう 286kcal 貯蓄の日	ゆかりご飯 **18** アジフライ 刻み昆布煮 269kcal 冷凍食品の日	**19** ハンバーグ デミグラスソース 330kcal 日ソ国交回復の日	不動の人気No.1 **20** 大人気メニュー エビフライ 手作りタルタルソース 350kcal 新聞広告の日	**21** チキンカツ 玉子あん 279kcal おかりの日
24 きのこオムレツ メンチカツ 327kcal 国連デー	**25** 豚すきうどん 卵の花 283kcal 民間航空記念日	ミノヤ特製 **26** 鶏のザンギ 手作りはんぺん 287kcal 原子力の日	**27** 白身魚フライ コーンクリームシチュー 256kcal 世界新記録の日	栄養士おすすめ **28** ボリューム満点! 厚切りハムカツ 380kcal 週記記念日
31 南瓜コロッケ カレイの照り焼き 275kcal ハロウィン				

秋の味覚♪ さつま芋

秋が旬の食材のひとつに「さつま芋」があります。さつま芋には、食物繊維やビタミンCが含まれています。食物繊維には腸内環境を整える作用、ビタミンCには皮膚や血管の老化を防ぐ効果があります。さつま芋に含まれるビタミンCは加熱しても失われにくいという特徴があります。

⚠ 電子レンジを使用する際は

ご面倒でも
電子レンジ対応容器に移して
温め直してください。

ご注意事項

- ●食物アレルギーには対応しておりませんので何卒ご了承ください。
- ●弁当容器及び中仕切りは電子レンジにはかけられません。
- ●土曜日は当店自慢の内容でお届けいたします。
- ●弁当の容器に、お箸や紙コップ等食べ残し以外の物をお入れにならないようお願いいたします。
- ●弁当画像は盛り付けイメージであり、食材の入荷状況により一部メニュー内容が変わる場合がございます。
- ●当日のご注文や変更は、各店舗へ直接お問い合わせください。
- ●毎日お届けするランチは、食品衛生上当日の13時までにお召し上がりください。
- ●地域によって弁当容器が異なる場合や、容器回収が翌日になる場合もございますのでその際はご了承ください。
- ●掲載されている栄養値はおかずのみです。数値は「五訂食品成分表」に基づいた当社計算値であり目安として表示させていただいております。

※メニュー表の記事・写真などの無断複写・複製・転載を禁じます。

●ごはん

〈普通盛り〉390kcal
〈大盛り〉520kcal

※詳細な産地等は仕入状況によりますので、お問い合わせはこちらへ
TEL (0120)758-393

●塩分相当量

当社では1ヶ月平均3.6gを目安に、1食あたり4.0g以下を目指してお弁当を提供させていただいております。

※おかずのみの塩分相当量となりますので、ご了承ください。

エコ箸 推進キャンペーン!

ミノヤランチでは地球環境に配慮して「割り箸」の廃止を目指しています!
弊社では自然環境保護の一環として、割り箸から「エコ箸」への切替を推進しております。
今、話題に取り上げられる環境問題、一人ひとりの心がけで地球に優しくなれます。
当社より配信ご用意させて頂きますので、繰り返し洗浄してご使用ください。
是非この機会に「エコ箸」のご検討をお願いいたします。

皆様の食のパートナー
ミノヤランチ
https://378.jp/

平日毎朝更新!
ブログでお弁当を確認できます

株式会社 ミノヤランチサービス

	TEL	FAX
名古屋港店	(052)384-2839	(052)381-3345
扇 旭 店	(0561)52-3139	(0561)52-8911
東 海 店	(052)601-6839	(052)601-6230
名古屋中川店	(052)432-8539	(052)432-6238
多 治 見 店	(0572)24-5739	(0572)21-2399
名古屋北店	(052)902-8239	(052)903-4739
東 郷 店	(0561)37-2839	(0561)37-2939
名古屋中央店	(052)365-3639	(052)365-3539
名古屋西店	(052)401-7439	(052)401-7639
中 津 川 店	(0573)68-7739	(0573)68-8239
半 田 店	(0569)23-9339	(0569)23-9639
刈 谷 店	(0566)91-1839	(0566)91-1840
弥 富 店	(0567)56-6339	(0567)56-4039
春 日 井 店	(0568)35-7739	(0568)35-6639
土 岐 店	(0572)54-1039	(0572)54-0939
名古屋天白店	(052)800-8639	(052)800-1999
瀬 戸 店	(0567)26-0339	(0567)28-0273
小 牧 店	(0568)72-2239	(0568)72-2439
一 宮 店	(0586)75-2739	(0586)75-2939
豊 田 店	(0565)37-3239	(0565)37-3240
桑 名 店	(0594)22-6123	(0594)22-6570
可 児 店	(0574)60-0839	(0574)60-0840
高 浜 店	(0566)54-0039	(0566)54-3939
知 立 店	(0566)85-5339	(0566)85-5139

※お問い合わせは、各店舗へお願いいたします。