

Obento Deli

2/20

2012/2/20~3/4



## LUNCH MENU・2/20~3/4

デパ地下のようなおしゃれでヘルシー&ちょっと贅沢なランチ  
 当日9:30までにご注文いただければ12:00までにお届けします。  
 ※はじめてのお客様は、前日までにご注文をお願いします。



ランチサービス

390円

(税込み)

February 20(月)	やわらか豚焼肉定食 韓国風デジカルビ&焼豚炒飯 焼穴子と胡瓜の酢の物・棒々鶏風パスタ 胡麻ドレ付き	318 kcal
21(火)	広東風煮込み 茄子入り麻婆豆腐丼 サラダ・イタリアンドレッシング付き	394 kcal
22(水) おでんの日	おすすめ和風ランチ 鯖の西京焼きと豚の生姜焼き 牛肉コロケ・切干大根・いなりと巻き寿司	281 kcal
23(木) 富士山の日	具だくさんトマトソース イタリアン・チーズハンバーグ サーモンフライ玉子とじ・ごぼうサラダ・ちりめんご飯	408 kcal
24(金)	折詰風二段重 特選中華幕の内弁当 油淋鶏・海老チリ・蒸し鶏と中華クラゲ和え・ごま団子	349 kcal
25(土)	山菜五目ごはん しまほっけ塩焼き&やわらか鶏天 鶏団子の野菜あんかけ・菜の花としめじの和えもの	300 kcal
26(日)	十五穀米ごはん 牛肉のじっくり味噌煮込み ハムカツ・野菜とベーコンの炒めもの・七味小袋付き	316 kcal

\*ただしカツはつきません。

味噌汁・無料サービス!

ご好評につき期間延長! 3月31日まで

February 27(月)	鮭わかめご飯と おろし豆腐入りハンバーグ 鶏の竜田揚げ・マカロニサラダ・いんげんと人参の胡麻和え	312 kcal
28(火) ビスケットの日	デミグラスソースたっぷり ミルフィーユカツinチーズ タルタル温野菜サラダ・屋台風焼きそば・海老ピラフ	454 kcal
29(水)	折詰風二段重 お花見弁当おためし幕の内 海老の天ぷら・筑前煮・鶏ごま南蛮・和菓子	426 kcal
March 1(木) 豚の日	カレーピラフと トンカツ定食 ポン酢ジュレ ポテトサラダ・ナポリタンスパ・トンカツソース付き	458 kcal
2(金)	三色彩りごはん 鮭の野菜あんかけ 牛肉メンチカツ・ひじき入り白和え・ケチャップライス	293 kcal
3(土) ひな祭り	じっくり煮込んだ 牛肉ときのこのオムハヤシ サラダ・和風ごまドレッシング付き	528 kcal
4(日)	和風ツナごはん 鶏肉の照り焼き 唐辛子マヨ 豆腐ステーキ薬味しょうゆ・小松菜と油揚げの煮びたし	360 kcal

## ココPoint

- ①温めるとさらに美味しく! 容器は全て電子レンジ対応!
- ②揚げ物は「さらさらキャノーラ油・コレステロールゼロ」を使用
- ③担当栄養士(安藤)が手掛ける野菜たっぷりヘルシーメニュー

- 表示のカロリーはおかずのみとなります。ご飯は約340kcalです。
- 温める場合はドレッシングなどの小袋を取り出してください。
- 仕込みの都合上、やむをえずメニューが若干変更になる事がございます。ご了承ください。
- 新鮮な食材を使用しておりますが、午後2時までにお召し上がりください。
- お弁当は直射日光の当たる所、極端に高温の所、湿気の多い所に置かないでください。

出来たて

## SIDE・MENU

季節の茶碗蒸し(スプーン付) 100円  
 日替りのお味噌汁(カップ付) 50円  
 ごはん大盛 100円

\*大盛りは白飯200gの別容器です。

Thank You!  
Obento Deli

BY



(株)三好野本店  
 岡山市中区桑野131-6  
 受付時間 8時~18時  
 TEL 086-200-2020  
 FAX 086-200-2010  
<http://www.miyoshino.com>  
 お米は国産米を使用しております。