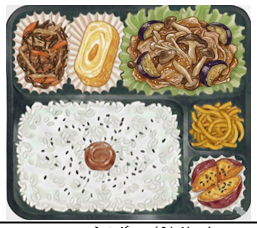
日替わり弁当　さつま屋　手作りお弁当メニュー

2026年　8月～9月（31日～11日）　　1食500円（税込み）

月	火	水	木	金
31	1	2	3	4
麻婆茄子 卵焼き ひじきの煮物 大学芋	アジフライ 切り干し大根煮 野菜サラダ ブロッコリーの塩ゆで	和風豆腐バーグ 春雨サラダ ピーマンの炒め物 大学芋	豚肉とキノコと茄子の味噌炒め 卵焼き ひじきの煮物 大学芋	チキンステーキ ほうれん草のお浸し ポテトサラダ パプリカのマリネ
				
エネルギー　705.2kcal たんぱく質　18.6g 脂質　28.4g 炭水化物　90.2g 食塩相当　3.6g	エネルギー　762.4kcal たんぱく質　22.5g 脂質　28.6g 炭水化物　98.4g 食塩相当　3.2g	エネルギー　671.0kcal たんぱく質　19.5g 脂質　22.1g 炭水化物　98.4g 食塩相当　3.2g	エネルギー　684.0kcal たんぱく質　12.3g 脂質　11.2g 炭水化物　7.4g 食塩相当　1.1g	エネルギー　682.0kcal たんぱく質　28.6g 脂質　20.4g 炭水化物　88.2g 食塩相当　3.2g
〈特定原材料7品目〉 乳、小麦	〈特定原材料7品目〉 卵、乳、小麦	〈特定原材料8品目〉 卵、小麦	〈特定原材料7品目〉 小麦	〈特定原材料7品目〉 小麦
7	8	9	10	11
回鍋肉炒め ほうれん草のお浸し 切り干し大根煮 野菜サラダ	サバの竜田揚げ 焼きナス 里芋団子 きんぴらごぼう わかめご飯	豚カルビのスタミナ焼き 春雨サラダ 人参の白和え パプリカのマリネ	揚げ出し豆腐と茄子の中華風ピリ辛そぼろあんかけ ちくわの磯辺揚げ きんぴらごぼう 酢の物 炊き込みご飯	おろしポン酢ハンバーグ ポテトサラダ 人参グラッセ ほうれん草のコーンバター炒 炒
エネルギー　710.0kcal たんぱく質　24.5g 脂質　21.5g 炭水化物　96.0g 食塩相当　3.4g	エネルギー　685.0kcal たんぱく質　24.0g 脂質　20.5g 炭水化物　94.0g 食塩相当　3.5g	エネルギー　735.0kcal たんぱく質　25.0g 脂質　24.0g 炭水化物　96.5g 食塩相当　3.4g	エネルギー　695.0kcal たんぱく質　23.5g 脂質　20.0g 炭水化物　97.0g 食塩相当　3.6g	エネルギー　720.0kcal たんぱく質　25.5g 脂質　23.5g 炭水化物　95.5g 食塩相当　3.3g
〈特定原材料7品目〉 卵、小麦	〈特定原材料7品目〉 小麦	〈特定原材料7品目〉 卵、小麦	〈特定原材料7品目〉 小麦	〈特定原材料8品目〉 卵、乳、小麦

♦エネルギーの表示値は目安です。　♦白ライスのカロリーは326.6kcalです。
♦仕入状況によりメニュー内容を変更させていただく場合がございますのでご了承ください。
♦アレルギー特定原材料8品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ）のうち含まれるもののみを表示しています。

日替わり弁当　さつま屋
樋之口町2-5　第二岡野ビル1F
099-224-1615　　窓口：小森