

心温まる家庭の味をお届けします

●みらい●

未来キッチン

INFORMATION

未来キッチン店頭では日替わり弁当の他、お惣菜、各種ジャム、パウンドケーキ等を販売しております。

宅配弁当注文表

ご希望の個数を日付の欄に記入し、下記までFAXにてご注文をお願い致します。
ご注文・ご予約は前日の17:00までをお願い致します。(変更は当日朝9:00まで)
電話・メールでのご注文もお受け致します。

TEL:0246-24-0039 FAX:0246-24-0100

MAIL:miraikitchen@midorinomori-f.com

日替わり弁当 450円

デラックス弁当 600円

カツ丼 450円

ソースカツ丼 450円

(ご飯大盛りサービス・味噌汁付)

お客様名:

ご担当者:

連絡先TEL:

ご住所:

未来キッチン

福島県いわき市平倉前108-9倉前クリーンビル3

特定非営利活動法人みどりの杜福祉会

就労支援センター未来工房

〒970-8025福島県いわき市平南白土2-1-5

HP: <http://midorinomori-f.com/miraikobo/>



2018年 4月

日	月	火	水	木	金	土
1	2(個) 肉じゃがコロケ 155Kcal 焼き鮭紅生姜ソース 98Kcal 青菜ひたし 26Kcal	3(個) 鶏ステーキ 228Kcal 菜の花と竹の子天 135Kcal ハムマリネ 63Kcal	4(個) 豚南蛮焼き 164Kcal 卵の袋煮 148Kcal 茸のみぞれ和え 12Kcal	5(個) 鯖の生姜煮 110Kcal ドライカレー 127Kcal 白和え 77Kcal	6(個) 鶏から揚げ 233Kcal 厚揚げ千草焼き 77Kcal インゲン味噌マヨ和え 52Kcal	7
8	9(個) イカカツ 155Kcal しゅうまい 98Kcal カニカマ若芽和え 42Kcal	10(個) ハバーグおろしのせ 176Kcal 炒めポテトのツナ合え 98Kcal 水菜とコーンサラダ 38Kcal	11(個) チキンハムオロソース 172Kcal 鯖の西京焼き 182Kcal 三色ナムル 89Kcal	12(個) ぶた天 208Kcal チャプチェ 96Kcal 大学芋 110Kcal	13(個) 揚げあじ香味たれ 189Kcal サルサチキン焼き 129Kcal 春菊とI/Iの煮浸し 22Kcal	14
15	16(個) ハムカツ 277Kcal 厚揚げカレー炒め 80Kcal I/Iとシジのバター醤油炒め 43Kcal	17(個) お魚竜田揚げ 173Kcal 肉味噌じゃが煮 131Kcal 人参しりしり 77Kcal	18(個) 豚しょうが焼き 198Kcal 竹輪磯辺揚げ 95Kcal ヒジキ煮 28Kcal	19(個) 焼き鳥味噌マヨ 180Kcal 味玉子 89Kcal きんぴら 52Kcal	20(個) 春キャベツメンチ 214Kcal 鯖の照り焼き 150Kcal マカロニサラダ 100Kcal	21
22	23(個) サーモンフライ 168Kcal 青菜と挽肉ふわふわ卵 70Kcal 蒟蒻と若芽のぬた 23Kcal	24(個) 鶏肉ジンジャーソテー 175Kcal 白身魚レイン幽あん焼き 150Kcal おくら・とまと和え 15Kcal	25(個) お魚リッター 187Kcal 信田煮 170Kcal スパゲッティサラダ 133Kcal	26(個) 竹の子と豚肉のソース炒め 203Kcal ホト入卵焼き 133Kcal うの花 53Kcal	27(個) とんてき 327Kcal お麩の酢豚風 107Kcal 大根サラダ 33Kcal	28
29	<div data-bbox="763 1385 1632 1430" data-label="Text"> <p>新入社員・新学生のみなさんおめでとうございます</p> </div>					<div data-bbox="1758 1372 2072 1476" data-label="Image"> </div>

土日の注文は相談ください。(お弁当のみ二十個から)

食材仕入れの都合により内容が変わる場合がございます。米は国産のものを使用しています。