

11月

株式会社マイ・コック 愛菜弁当メニュー



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1日 627Kcal NEW タラの唐揚げ～和風あん～ 筑前煮 大根のひき肉煮	2日 792Kcal NEW 3種きのこのクリーミーフライ 明太子パスタ ポークチャップ	3日 お任せメニュー 文化の日	4日 お任せメニュー
6日 809kcal ↑オススメ↓ 牛カルピコロッケ 塩レモンダレ炒め 焼きうどん	7日 822kcal もち麦ご飯 NEW 鶏の唐揚げ マイ・コック人気№1! オムレツ 麻婆春雨	8日 850kcal ハンバーグ～トマトソース～ NEW ウィナーじゃがフライ 白菜のコンソメ煮	9日 835kcal NEW 豚のねぎ塩唐揚げ NEW 豆乳クリームパスタ 茄子の甘辛煮	10日 756kcal ON THE RICE♪ 天ぶら盛り合わせ 肉じゃが 切干大根の煮物	11日 お任せメニュー
13日 740kcal ↓オススメ↓ ソースハムカツ 棒棒鶏サラダ NEW カブとひき肉の生薬あんかけ	14日 735kcal ↓↓おすすめ↓↓ 牛井 煮豚 マカロニの和風炒め NEW	15日 795kcal カニ風味グラタンフライ 水餃子 NEW あっさりセロリソテー	16日 775kcal 鶏チリ 塩ダレ焼きそば ごぼう金平	17日 756kcal ひじきご飯 ゴロゴロイカメンチ 焼肉のタレ炒め 南瓜の煮物	18日 お任せメニュー
20日 754kcal オムレツ～デミグラスソース～ ヒレカツ チャプチェ	21日 812kcal NEW 鶏のたこ焼き風唐揚げ マカロニサラダ 高野豆腐のひき肉炒め NEW	22日 757kcal エビフライ ナポリタン ポトフ	23日 お任せメニュー 勤労感謝の日	24日 810kcal NEW チキンステーキ～ホワイトソース～ ON THE RICE♪ → キーマカレー 南瓜コロッケ	25日 お任せメニュー
27日 795kcal オススメ♪ 味噌カツ カニ風味団子の炊き合わせ チキンチャップ	28日 817kcal 酢豚 チヂミ ピーマン	29日 845kcal ミックスフライ ポテトサラダ 高菜パスタ	30日 832kcal ハンバーグ～カレーソース～ トマトベーコンカツ 蓮根の粒マスタード炒め		

- ・献立は材料の都合により変更させて頂く場合があります。予めご了承下さいませようお願い致します。
- ・表示のエネルギーは、ご飯(400kcal)を含みます。



瀬野川営業所 広島市安芸区中野1-8-3 TEL (082) 893-2626
 呉営業所 呉市広多賀谷1-8-12 TEL (0823) 74-2424
 ホームページアドレス <http://hiroshima-mycook.jp/>

マイ・コックのご飯は減農薬、減化学肥料にて栽培したお米【特別栽培米】を使用しています。

Web注文が出来るようになりました!!
Web注文をご希望の際は、担当営業所へご連絡下さい。

★インスタグラム★ホームページ★
ご登録いただくと
毎日のメニューがご覧いただけます♪



よろしければ「Google クチコミ」への投稿、お待ちしております!

