

# 令和 7 年 3 月のヘルシーメニュー

日替わり弁当のご注文は当日の朝9時 30 分までにお願いします。

※**どんぶり**、**カレー弁当**、は予約制になっております。前日 14 時までにご注文をお願いします。

| 月                                                         | 火                                                                                                                                                                                                                                                 | 水                                                             | 木                                             | 金                                                                 | 土                      |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 3<br>たけのこご飯<br>菜の花サラダ<br>アスパラクリームハムカツ<br>512kcal          | 4<br>チンジャオロース<br>かに玉あんかけ<br>九条ネギ塩コロッケ<br>533kcal                                                                                                                                                                                                  | 5<br>大きなアジフライ<br>牛ゴボウ甘辛煮<br>ブロッコリー梅マヨ和え<br>498kcal            | 6<br>ささみカツ<br>バジルソース<br>大根サラダ<br>481kcal      | 7 <b>ハンバーグカレー</b><br>具たくさん酢豚<br>焼売<br>春雨サラダ<br>511kcal            | 1<br>おまかせ<br>8<br>おまかせ |
| 10<br>手作り味噌カツ<br>焼うどん<br>白菜ツナ和え<br>532kcal                | 11 <b>カレーあんかけ丼</b><br>ポークソテー<br>オニオンソース<br>ミートオムレツ<br>507kcal                                                                                                                                                                                     | 12<br>ヤンニョムチキン<br>カレー風味ビーフン炒め<br>小松菜ナムル<br>533kcal            | 13<br>豚バラ大根煮<br>牛肉コロッケ<br>山菜スパゲティー<br>491kcal | 14 <b>チキンカレー</b><br>ポテトチーズもち<br>ソース焼きそば<br>かぼちゃサラダ<br>507kcal     | 15<br>おまかせ             |
| 17 カキ & 白身フライ<br>タルタルソース<br>いんげんとちくわの<br>おかか和え<br>538kcal | 18 山形県名物<br>いも煮<br>玉こんにゃく<br>メンチカツ<br>491kcal                                                                                                                                                                                                     | 19 <b>ロコモコ丼</b><br>チキンソテー<br>マスタードソース<br>ほうれん草胡麻和え<br>504kcal | 20<br>春分の日                                    | 21 <b>イカリングカレー</b><br>若鶏のからあげ<br>ホイコーロー<br>もやしとわかめの酢の物<br>512kcal | 22<br>おまかせ             |
| 24<br>チーズハンバーグ<br>きのこスパゲティー<br>ゴボウサラダ<br>532kcal          | 25 野菜たっぷり<br>八宝菜<br>さばの黒胡椒焼き<br>しいたけ肉詰めフライ<br>513kcal                                                                                                                                                                                             | 26<br>梅しそカツ<br>ロールキャベツ<br>肉入りきんぴら蓮根<br>515kcal                | 27 <b>焼き鳥丼</b><br>おまかせメニュー                    | 28 <b>ウインナーカレー</b><br>豚肉と根菜の<br>ピリ辛味噌炒め<br>おくらとわかめのサラダ<br>503kcal | 29<br>おまかせ             |
| 31<br>若鶏の磯辺天<br>ひじき五目煮<br>野菜サラダ<br>527kcal                |  <div data-bbox="1053 1429 1273 1601"> 味鶴公式<br/>LINE です<br/>⇒⇒⇒⇒⇒ </div>  |                                                               |                                               |                                                                   |                        |

※仕入れ都合によりメニューを変更する事があります。弁当は、なるべく午後1時頃までにお召し上がり下さい。

いつも味鶴をご利用いただき、誠にありがとうございます。

今月のおすすめは 3/18(火)の山形県ご当地メニューです！

山形県名物のいも煮や玉こんにゃくが入った献立でお届けいたします。

先月からの期間限定どんぶり、新メニューの焼き鳥丼も人気です☆

今月もたくさんのご注文をお待ちしております♪



味鶴公式インスタグラム 味鶴で検索！！

TEL 412-0878

