

令和7年4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 分までをお願いします。

※**どんぶり弁当**、**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
	1 ポークカツ ほうれん草オムレツ ポテトサラダ 527kcal	2 鶏せせりとピーマンの 塩だれ炒め 小松菜とえのきのナムル 春巻き 512kcal	3 和風ハンバーグ うずら串フライ なすの煮びたし れんこんのきんぴら 537kcal	4 メンチカツカレー いわしの蒲焼き風 エビ団子と大根煮 ブロッコリー玉子とじ 521kcal	5 おまかせ
7 厚切りハムカツ ナポリタン コールスローサラダ 535kcal	8 ロコモコ丼 豚肉コチュジャン炒め かに玉あんかけ 中華春雨ごまサラダ 511kcal	9 肉団子の甘酢あん カレー焼きそば ごぼうサラダ 522kcal	10 鶏とジャガイモの 照り焼き さわらの塩焼き 小松菜のツナ和え 531kcal	11 エビフライカレー 麻婆茄子 焼き鯖の野菜あんかけ ささみともやしの中華和え 532kcal	12 おまかせ
14 牛肉の醤油マヨ炒め きのこスパゲティー にんじんしりしり 509kcal	15 サーモンフライ タルタルソース ほうれん草のおひたし 505kcal	16  山口県名物 チキンチキンごぼう けんちょう 502kcal	17 焼き鳥丼 ホイコーロー かに焼売 具たくさん焼きビーフン 542kcal	18 からあげカレー ささみの梅チーズフライ 青梗菜とちくわの炒め物 かぼちゃサラダ 510kcal	19 おまかせ
21 チキン南蛮 アスパラベーコン炒め 明太子和え 541kcal	22 カレーあんかけ丼 豚肉と厚揚げの 中華風炒め 餃子 526kcal	23 おまかせメニュー	24 手羽元のさっぱり煮 焼うどん ツナと大根の煮物 525kcal	25 カツカレー 肉豆腐 さばの塩焼き 切り干し大根サラダ 519kcal	26 おまかせ
28 エビカツ 白身のマヨネーズ焼き 菜の花スパゲティー 545kcal	29 昭和の日	30 カツとじ煮 ほっけ醤油焼き ピーマンとちくわのきんぴら 529kcal	 味鶴公式 LINE です <<<<<<<< 		

※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 4/16(水)の山口県ご当地メニューです！

「チキンチキンごぼう」は学校給食から広まった山口県民のソウルフードだそうです。

「けんちょう」は豆腐と大根、にんじんを煮たシンプルな、山口県の郷土料理です。

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Instagram 味鶴で検索！！

TEL 412-0878

