令和７年５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。

※カレー弁当は予約制になっております。前日１４時までにご注文お願いします。

月	火	水	木	金	土
味鶴公式 LINE は こちらです →→→ ご意見やメニューのリクエストお待ちしてます！			1 キーマカレー チーズオムレツ ハムサラダフライ 541kcal	2 パック容器対応 ピーマン肉詰めフライ ナポリタン コールスローサラダ 527kcal	3 憲法 記念日
5 こどもの日	6 振替休日	7 エビ＆ホタテフライ 特製タルタルソース 小松菜ごま和え 536kcal	8 アジの南蛮漬け 牛肉コロッケ ほうれん草バターソテー 539kcal	9 イカリングカレー オクラの豚しゃぶ わさびドレッシング 野菜かき揚げ 511kcal	10 おまかせ
12 照り焼きハンバーグ きのこスパゲティー かぼちゃサラダ 532kcal	13 おすすめ 東京都名物 天ぷら すき焼き風煮 546kcal	14 豚のみそ漬け焼き 目玉焼きフライ パプリカとツナのマリネ 521kcal	15 鶏のからあげ ピーナッツ和え 切干し大根サラダ 536kcal	16 コロッケカレー 豚の生姜焼き バンバンジー かに玉あんかけ 543kcal	17 おまかせ
19 鶏と茄子のみぞれ煮 ほっけ醤油焼き 小松菜のからし和え 524kcal	20 牛しぐれ煮 アジフライ ブロッコリーごまサラダ 538kcal	21 チンジャオロース イカリングフライ タイ風春雨サラダ 530kcal	22 おまかせメニュー	23 チキンカレー メンチカツ ひじき五目煮 ごぼうサラダ 523kcal	24 おまかせ
26 さわらの西京焼き 肉野菜塩炒め 菜の花ツナマヨ和え 541kcal	27 厚揚げとかぼちゃの マスタード炒め 海鮮チヂミ わかめサラダ 547kcal	28 大きな旨塩鶏つくね 蓮根のはさみ揚げ ペンネサラダ 533kcal	29 ひとくちヒレカツ 手作りおろしだれ ごぼうのきんぴら 548kcal	30 白身フライカレー ヤンニョムチキン 塩焼きそば 豆腐チャンプルー 553kcal	31 おまかせ

※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5／13(火)の東京都ご当地メニューです！
天ぷらは昔、江戸の目の前に広がっていた遠浅の海でとれる
海の幸から生まれたご馳走だったそうです。
今月もたくさんのご注文をお待ちしております♪♪

まごころ健康弁当の
みかく
味鶴 BENTO MIKAKU

味鶴公式インスタグラム　味鶴　で検索！！

TEL　412－0878