

令和7年 11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**、**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
 味鶴公式 LINE です。 メニューのリクエストや弁当の感想等、 皆様からのご意見をお待ちしております♪					1 おまかせ
3 文化の日	4 広島産カキフライ タルタルソース付き ベーコンとほうれん草 スパゲティ 547kcal	5 チキンステーキ 焼うどん 山菜サラダ 523kcal	6 厚切りハムカツ さばの黒胡椒焼き きゅうりの酢の物 531kcal	7 コロッケカレー チンジャオロース ささみと小松菜の 中華和え 526kcal	8 おまかせ
10 グラタンコロッケ ウインナーと野菜の カレー炒め さつまいもサラダ 545kcal	11 洋風カツ丼 酢豚風煮 春巻き 塩焼きそば 539kcal	12 おすすめ 石川県名物 治部煮 (じぶに)	13 サーモンフライ ミートボールのトマト煮 マカロニ胡麻ドレサラダ 533kcal	14 チキンカレー 豚ニラもやし炒め 餃子 ごぼうサラダ 541kcal	15 おまかせ
17 豆腐ハンバーグ 照り焼きソース キャベツとにんじんの コールスロー 521kcal	18 白身魚のパン粉焼き ささみともやしの 塩昆布和え 517kcal	19 あんかけチャーハン 豚肉と白菜のとりみ炒め ブロッコリーとひじきの 柚子胡椒サラダ 525kcal	20 タラときのこの ヘルシー蒸しポン酢和え 切干大根と豚肉の ピリ辛マヨ炒め 532kcal	21 エビフライカレー 豚肉の生姜焼き 里芋のごま和え 海藻サラダ 538kcal	22 おまかせ
24 振替休日	25 すき焼き風弁当 温泉玉子 ほうれん草のおひたし 537kcal	26 豚ロースソテー 特製トマトソース コーンコロッケ 540kcal	27 親子丼 おまかせメニュー	28 白身フライカレー 味噌おでん 大根 たまご はんぺい こんにゃく 509kcal	29 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11/12(水)の石川県名物『治部煮(じぶに)』です。

小麦粉や片栗粉をまぶしたお肉と季節の野菜などを煮て食べる石川県の
郷土料理です。薬味にはわさびが添えられているのが一般的だそうです。

今月も期間限定のどんぶりもあります！たくさんのご注文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

