

▼ 毎日のお昼に美味しいを。午後も頑張れる、こだわりのお弁当 ▼

※予告なく商品内容に一部変更が生じる場合がございます ※夏季期間中、当日の14時までにお召し上がりください

月 まるやかオーロラソース
サクサク衣と濃厚ソース
9/7 エビカツのオーロラソースかけ



カロリー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	食塩(g)	炭水化物(g)	食物繊維(g)
452	18.4	23.4	3.1	33.7	14.7

ひき肉ともやしの中華炒 菜の花の胡麻和え ぜんまいと蒟蒻の旨煮

火 門外不出のレシピ解禁
9/8 専務宅の鶏の山賊焼



漬匠心 監修

カロリー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	食塩(g)	炭水化物(g)	食物繊維(g)
501	25.7	26.6	3.1	34.6	5.2

裏がっば

サラダスバゲティ 厚揚げと高菜の炒め 玉ねぎとコーンのボン酢和え

水 じっくり煮込んだ特製ソース
9/9 肉汁たっぷりの
煮込みハンバーグ



カロリー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	食塩(g)	炭水化物(g)	食物繊維(g)
356	21.5	16.8	2.8	27	3.5

白身フリッター コールスローサラダ ほうれん草お浸し

木 強火で引き出す香ばしさ
9/10 シャキシャキ食感
青椒肉絲



カロリー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	食塩(g)	炭水化物(g)	食物繊維(g)
458	13.8	24.8	3	34.9	4

白菜とツナのマヨサラダ カレーペンネ 大根の酢の物

金 特製甘酢がとろ〜り
9/11 彩り野菜と味わう
鶏唐揚げと
野菜の甘酢



カロリー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	食塩(g)	炭水化物(g)	食物繊維(g)
472	17.9	27.9	3	33.9	5.1

カボチャサラダ 小松菜と油揚げの山椒煮 キャベツと卵の炒め

※記載の数値はおかずのみです。※ごはん200g=336kcal

土 9/12

カレー麻婆豆腐

ご注文・お問い合わせ

HAMANOYA Co., Ltd.

06-6493-7147

【営業時間】 10:00~17:00

Q 浜の家 尼崎

https://e-hamanoya.jp/

毎週月曜日更新
【アレルギー情報】



浜の家 お弁当

ご注文の方限定価格!

お弁当と一緒にお届けで 送料無料

人気商品
ピンクの贅沢
バスクチーズケーキ
450円(1個)



数量限定
スフレチーズケーキ
550円(1個)



NEW
レモンタルト
1,000円



■ ご注文: LINE または 080-3219-8876 (11:00-15:00)

当日現金・PayPay・月末払い

