

▼ 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 8/3 ご飯が止まらない
特製だれが絡む
豚ミンチのスタミナ炒めと餃子&かき揚げ



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)
403	12.4	21	2.8	30.3	8.5

ポテトサラダ タコ焼きの中華あんかけ 大根とカニカマの酢の物

火 8/4 甘辛ダレがクセになる
本格仕込みの
ヤンニョンチキン風



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)
426	21.5	25.8	3.1	21.8	7.9

春雨中華サラダ ひじき煮 ほうれん草とコーンのソテー

水 8/5 濃厚タルタル
相性抜群
エビカツのタルタルソース掛け



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)
485	16.9	29.5	3.1	30.1	14.8

大根と青ネギの塩炒め 筑前煮 菜の花の辛し和え

木 8/6 ペPPERがピリッと香る
やわらか
豚ロースの黒こしょう



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)
499	27.6	26.7	3	32.2	5.1

ジャガイモとカリフラワーのアヒージョ インゲンの胡麻和え カレーパスタ

金 8/7 暑い夏こそ
心も体もホッと温まる
鶏鍋



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)
467	23.6	28.2	2.8	26.4	5.7

やみつきハムキャベツカツ 牛蒡とキャベツの辛マヨサラダ 白菜とツナの煮物

土 8/8

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/>

味染みる
鯖煮付け

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!

数量
限定

ピンクの贅沢
バスチーズケーキ
450円 (1個)

数量
限定

スイーツ詰め合わせセット
1,500円 (4個入り)
(ミニタルト×2、崖瀬シュークリーム×1、クロッチ×1)
※それぞれ味はランダムになります。

残り
わずか

■ご注文: LINE または ☎ 080-3219-8876 (11:00-15:00) | ■お支払: 当日現金・PayPay・月末払い

LINE



instagram

