

▼ 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 8/31 溢れる肉汁に
特製ソースが絡む
ソース付きメンチカツ

ゆかりご飯の日



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)
521	15.1	19.5	2.8	64.7	9.9

さつまいもと蓮根のサラダ 切り干し大根煮 白菜とトロロの和え物

火 9/1 ふっくら肉厚に焼き上げた
絶妙な脂の乗り
シマホツケ塩焼



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)
448	27.8	21.2	3.2	32.8	7.1

チャプチェ風 カリフラワーときのこミックスのクリームソース煮 若竹煮

水 9/2 たっぷりタルタル
ボリューム満点の
チキン南蛮



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	22.6	19.9	3.2	42	3.9

塩麹鯖フレークとキャベツ和え 金平蒟蒻 小松菜のお浸し

木 9/3 じっくり染み込んだ
本格仕込みの
焼き豚



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	25	23.8	3.3	39.5	15.4

明太マヨマカロニサラダ 筑前煮 モヤシとほうれん草のナムル

金 9/4 卵ふんわり
じゅわ〜っと染み渡る
親子煮



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)
422	26	24.6	2.9	21	4.2

オーバルハッシュドポテト やみつきキャベツ 白菜と分葱とカニカマの酢味噌和え

※記載の数値はおかずのみです。※ごはん200g=336kcal

土 9/5

プリッと肉厚
イカフライ

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!

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)



お弁当と一緒にお届けで 送料無料

LINE



instagram



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

📄 当日現金・PayPay・月末払い