

2月 日替わり弁当 3種類!

販売予定数が売り切れた場合、
おかずを変更して販売させて
頂く場合がございます

今話題のフライヤー用の機器「**ドクターフライ**」を北摂の弁当屋で初めて導入！
フライの衣の油の吸収量を最大50%減らし、衣はサクッと、素材はジューシーに。
少しでもヘルシーにおいしく！どうぞ実感してください。



フライあり ¥430



フライなし ¥430



やさい ¥480

しっかり大満足の
パワフルなお弁当
写真は例です※容器は全部同じです(24×20cm)

大人気のあっさりめのお弁当
★土曜日はありません

野菜とおかずをバランスよく！
ごはんは「小」より少なめ
★土曜日はありません

ライス 大 = ¥60増
ライス 小 = ¥30引
ライス特大 = ¥120増
※おかずの入れ替え、取りだし
おかずだけの販売はできません

●消費税込

お弁当の なまえ	月	火	水	木	金	土
	1月28日	29	30	31	2月1日	2月2日
フライあり	鶏竜田南蛮 パリパリ春巻き	おろしロースカツ ミートオムレツ	唐揚げチリソース 魚フライ・蓮根揚げ	ヒレカツ・かき揚げ 中華春巻き	チキン南蛮タルタル ちくわ天	第1土曜は 定休日
フライなし	おろしハンバーグ 玉子焼き	塩鮭・だし巻き 十八穀ごはん	豚しゃぶポン酢 ゆかりごはん	鶏となすの天ぷら たご焼き	サバ竜田揚げ 枝豆しゅうまい	
やさい	オクラときのこと 蒸し野菜サラダ あじ竜田揚げ	ツナとパスタと 野菜のサラダ 豆腐ハンバーグ	ナスとトマトの たまごサラダ 鶏照り焼き	小芋とカニかまの 和風サラダ 鶏唐あげ・春巻	ベーコンとポテトの イタリアンサラダ カキフライ	
	4	5	6	7	8	9
フライあり	鶏天ぷら・コロッケ パリパリ春巻き	豚しょうが焼き アジしそフライ	ロースカツごまソース 揚げしゅうまい	鶏唐揚げ甘辛和え 牛肉コロッケ・オムレツ	エビフライ・ヒレカツ 中華春巻き	鶏照り焼き 魚フライ・ベーコンエッグ
フライなし	豆腐ハンバーグ ゆで卵	鶏と野菜の青しそソース 鶏ごぼうごはん	肉じゃが 野菜かき揚げ	さわら西京焼き パリパリ春巻き	赤魚野菜あんかけ わかめごはん	* 土曜日はありません
やさい	めんたいこスパと 野菜のサラダ 豚ヒレカツ	うずら卵と大根の 根菜サラダ カレイ唐揚げ	蒸し鶏と小松菜の 和風サラダ カニクリームコロッケ	ハムとサツマイモと レタスのサラダ おろしハンバーグ	パスタとトマトと かぼちゃのサラダ 鶏竜田揚げ	* 土曜日はありません
	11	12	13	14	15	16
フライあり	建国記念の日 定休日 	チーズハンバーグ ミートコロッケ	ジャンボチキンカツ オムレツ	ロースカツ卵あんかけ 鶏唐揚げ	鶏竜田タルタル 野菜天ぷら	甘辛チキン 串カツ・ミートオムレツ
フライなし		あじ竜田揚げ 十八穀ごはん	サバの煮つけ 野菜天ぷら	すき焼き風煮物 枝豆しゅうまい	塩鮭・だし巻き 鶏唐揚げ	* 土曜日はありません
やさい		ベーコンときのこと 蒸し野菜のサラダ 甘辛チキン	ゆで卵とパスタの 野菜サラダ 豚しそロースカツ	蒸し鶏とレタスの 和風サラダ サバ竜田揚げ	ゆで豚と野菜の ごまドレサラダ アジしそフライ	* 土曜日はありません
	18	19	20	21	22	23
フライあり	鶏のから揚げ アジフライ・蓮根揚げ	ヒレカツ・かき揚げ 中華春巻き	おろしロースカツ ミートオムレツ	チンジャオロース ミンチカツ・ベーコンエッグ	鶏竜田南蛮 パリパリ春巻き	勝手ながら お休みを頂きます よろしく申し上げます
フライなし	さばの塩焼き ゆかりごはん	鶏照り焼き ベーコンエッグ	豚しゃぶポン酢 野沢菜ごはん	鶏となすの天ぷら 玉子焼き	カレイ唐揚げ 五目ごはん	
やさい	春雨のツナあえと 小松菜のサラダ 鶏天ぷら	ハムと具だくさんの ポテトサラダ 赤魚野菜あんかけ	オムレツと 野菜のサラダ カキフライ	炭火焼チキンの 和風サラダ あじ竜田揚げ	ベーコンとスパゲティと かぼちゃのサラダ 魚フライタルタル	
	25	26	27	28	3月1日	3月2日
フライあり	チキン南蛮タルタル ちくわ天	エビフライ・ハンバーグ カニクリームコロッケ	唐揚げチリソース 魚フライ・蓮根揚げ	ロースカツ卵あんかけ 野菜天ぷら	豚しょうが焼き 肉じゃがコロッケ	第1土曜は 定休日
フライなし	おろしハンバーグ たご焼き	さわら西京焼き 十八穀米ごはん	塩鮭・だし巻き ちくわ天	豆腐ハンバーグ 鮭の炊き込みご飯	サバ竜田揚げ 水餃子	
やさい	チキンマリネと さつまいものサラダ 牛肉コロッケ	マカロニとトマトの たまごサラダ 鶏唐あげ・春巻	あつあげと小松菜の パリパリ麺のサラダ ヒレカツ	小芋と蒸し野菜の 和風じゃこサラダ チキンカツ	ツナとパスタと 野菜のサラダ 鶏照り焼き	

おべんとう りりてー Tel : 072-637-1003

