

健康寿命を伸ばすことを考えた日替りメニューが評判です!!

123の 普通食

健康に配慮し毎日のお食事を楽しみたい方へ



お届け例

- 赤魚白醤油風味焼き ●オクラのお浸し ●ほうれん草と人参の煮浸し
- 筑前煮 ●黒豆 ●刻みたくあん

春夏秋冬の季節に応じて、容器が変わるのも“お楽しみ”のひとつ。



おかずのみ

540円 (税込)
500円 (税抜)

おかず+ごはん

594円 (税込)
550円 (税抜)

栄養価例	おかず	おかず+ごはん
エネルギー	157kcal	443kcal
たんぱく質	16.6g	20.9g
食塩相当量	1.4g	1.4g

※ごはんの量は170gです。

月に一度の“お楽しみ”

行事食

旬の味と季節の行事などを楽しむ、月に一度の特別なお弁当です。

※行事食のお届け日は店舗にご確認ください。



お届け例

123の 健康ボリューム食

活動的でしっかりとお食事を楽しみたい方へ



お届け例

- 豚肉炙り焼き
- キャベツと人参の炒め
- 高野豆腐の含め煮
- さつま芋煮
- 野沢菜漬
- イカのマリネ

おかずのみ

606円 (税込)
562円 (税抜)

おかず+ごはん

660円 (税込)
612円 (税抜)

栄養価例	おかず	おかず+ごはん
エネルギー	299kcal	635kcal
たんぱく質	18.1g	23.1g
食塩相当量	2.8g	2.8g

※ごはんの量は200gです。

123の 朝食



1日の始まりの朝にもしっかり食事をとりたい方へ

※昼食・夕食ご利用の方が対象のサービスとなります。



パン
セット **275円** (税込)
255円 (税抜)



クロワッサン
セット **216円** (税込)
200円 (税抜)



おじや
セット **313円** (税込)
290円 (税抜)



セットの飲み物は
選べます

アイソカルジェリーHC



食事にプラスワンで
簡単手軽に
エネルギーアップ。

手軽に150kcal
摂取したい方へ

ゼリー単品

129円 (税込)
120円 (税抜)

「普通食」セット

723円 (税込)
670円 (税抜)

栄養価例	
エネルギー	150kcal/1個(66g)

※朝食・アイソカルジェリーHCは昼食、夕食と一緒に持ち帰りますので、単品でのご注文はご遠慮ください。

栄養価の調整が必要な方へ

さまざまな症状により、ご自宅での食事に注意が必要な方のためにおすすめのメニューです。



カロリー・塩分調整食	消化にやさしい食
たんぱく・塩分調整食	やわらか食
透析食	ムースセット食

価格はこちら

おかずのみ

777円 (税込)
720円 (税抜)

おかず+ごはん

820円 (税込)
760円 (税抜)

123の カロリー・塩分調整食

エネルギーや塩分の調整が必要な方へ



お届け例

栄養基準	
エネルギー	240kcal
たんぱく質	16.0g
脂質	13.0g
炭水化物	14.8g
食塩相当量	2.0g未満

※おかずのみの栄養基準となります。

123の たんぱく・塩分調整食

たんぱく質や塩分の調整が必要な方へ



お届け例

栄養基準	
エネルギー	310kcal
たんぱく質	10.0g
カリウム	500mg以下
リン	170mg以下
食塩相当量	2.0g未満

※おかずのみの栄養基準となります。

123の 透析食

◆治療を目的とした商品ではございません。

透析治療中の方へ



お届け例

栄養基準	
エネルギー	240kcal
たんぱく質	16.0g
カリウム	600mg以下
リン	225mg以下
食塩相当量	2.0g未満

※おかずのみの栄養基準となります。

123の 消化にやさしい食

食材や調理方法を工夫し
胃や腸に負担の少ないお食事を作りました。

こんな方におすすめ

- 体調不良で消化機能が弱っている方
- 消化器系の手術後自宅療養の方
- 消化器に不調のある方 など

医師または管理栄養士にご相談ください。



お届け例

栄養価例	
エネルギー	171kcal
食塩相当量	1.8g

※おかずのみの栄養価例となります。

123の スマイルケア食

やわらか食

◆特別用途食品(えん下困難者用食品)ではございません。

入歯・義歯等により、きざみ食が食べにくい方へ



お届け例

栄養価例	
エネルギー	198kcal
食塩相当量	1.1g

※おかずのみの栄養価例となります。

ムースセット食

◆特別用途食品(えん下困難者用食品)ではございません。

噛む力、飲み込む力が弱っている方向け



お届け例

栄養価例	
エネルギー	221kcal
食塩相当量	1.5g

※おかずのみの栄養価例となります。

「カロリー・塩分調整食」「たんぱく・塩分調整食」「透析食」「消化にやさしい食」「スマイルケア食」は、医師または管理栄養士の指導のもとご利用ください。

※特別用途食品ではございません。

2020年4月

宅配123
C.O.O.K. ワン・ツウ・スリー健康ボリューム食
昼食

※ 栄養価表示						
	ごはん 200 g 込み		1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)
	エネルギー 食塩相当量		白身魚ひと口竜田 いんげん 野菜とパンネのケチャップ炒め パンプキンサラダ あみ佃煮 チンゲン菜と人参のお浸し 具入り甘酢あん(きのこ)	牛肉のオイスターソース ブロッコリーのカニカマあんかけ 切干大根 そら豆 豚ももチャーシュー	仙台味噌仕立ての豚焼き肉 ちくわの炒り煮 ささげのお浸し ほうれん草コーンバター おかか佃煮 イカのマリネ	ミートオムレツ カリフラワーの洋風煮 ポテトとウィンナー 焼きそば 小魚の山椒風味 モロヘイヤの辛子和え トマトケチャップ
	〇〇kcal / 〇.〇g		703kcal / 2.9g	676kcal / 2.6g	660kcal / 3.5g	625kcal / 2.7g
5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
豚肉ときのこの生姜醤油炒め 青菜ピーナッツ和え キャベツとヤングコーンの炒め物 豆サラダ 刻みたくあん ロースチキンほぐし身	鶏肉のカレークリーム ブロッコリーのお浸し ちんげん菜とちくわの胡麻和え ミートソーススパゲティ カラフルピクルス うずら豆	カレイの唐揚げ なます 小松菜とじゃこのお浸し ジャンボ肉だんご 広島菜漬け かにかま入り玉子	豚角煮 チンゲン菜のお浸し 茄子とピーマンの煮浸し ふきと油揚げの田舎煮 大根としその実の漬物 黒豆	赤魚白醤油風味焼き オクラのお浸し スクランブルエッグ(人参) 湯葉入りチンゲン菜 桜でんぶ 一口照り焼きチキン	ミルフィーユカツ いんげんの生姜醤油和え 蒸し鶏サラダ おかず豆 胡瓜漬け 若布と干し海老の当座煮 フライソース	ネギ塩豚ロース焼き 山菜とちくわの炊き合わせ さつま芋の蜜がけ ブロッコリーとコーンの和え物 しそ昆布 ツナサラダ
637kcal / 3.5g	778kcal / 2.2g	660kcal / 2.9g	706kcal / 2.5g	661kcal / 1.7g	655kcal / 3.0g	650kcal / 2.9g
12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
鶏肉のデミグラスソース 出汁巻き玉子 ジャーマンポテト しょうがの甘辛煮 いんげんのピーナッツ和え	メバル煮付け 味ごぼう ゆで豚と玉ねぎの梅しそ風味 ほうれん草と人参の煮浸し まぐろ煮 かにかまサラダ	豚ロース肉の生姜焼き キャベツ(付合せ) ビッグエビのせしゅうマイ 鶏肉と筍の煮物 はりはり漬 おぐらの胡麻和え	和風おろしソースハンバーグ ペペロンチーノ ほうれん草と蒸し鶏の和え物 ポテトサラダ 切り昆布煮 五目厚焼玉子	豚キムチ 青菜ピーナッツ和え 揚げ茄子の生姜醤油あんかけ ツナの梅風味パスタ くるみ味噌 小魚の佃煮	塩だれチキン おぐらのおかか和え ゆず入り芋きんとん ひじきの煮物 しば漬け 豚ももチャーシュー	黄金カレイ煮付け いんげん ニラ入り玉子 しゅうまい カラフルピクルス 鶏レバー煮
627kcal / 2.5g	659kcal / 2.5g	653kcal / 2.4g	649kcal / 3.3g	768kcal / 3.5g	724kcal / 2.8g	616kcal / 2.5g
19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
豚肉炙り焼き チンゲン菜のお浸し きのこ入金平牛蒡炒め かぼちゃの田舎煮 おかか昆布 蒸し鶏胡麻和え	春巻 エビチリソース かぶの湯葉あんかけ 炒り豆腐 胡瓜の生姜漬け ツナとほうれん草の和え物	デミグラスソースハンバーグ ブロッコリーのお浸し 菜の花とかにかま卵和え たらこポテトサラダ そら豆 イカのマリネ	麻婆豆腐 ほうれん草の干しえび和え 焼ギョーザ 筍土佐煮 畑のお肉しぐれ煮 うぐいす豆	あじみりん焼き ふきの含め煮 マロニー中華風 ブロッコリーと海老のサラダ 昆布ちりめん ロースチキンほぐし身	牛焼肉 キャベツ(付合せ) 出汁巻き玉子 ほうれん草と蒸し鶏の和え物 刻みたくあん 花斗六豆	鶏つくね焼き(金平入り) 花野菜のポトフ さつま芋の蜜がけ 焼刻み穴子 切昆布と油揚げのおかか煮
632kcal / 3.1g	725kcal / 2.9g	637kcal / 3.4g	619kcal / 2.5g	630kcal / 2.2g	686kcal / 2.2g	658kcal / 3.2g
26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)		
ぶり照焼き 花車かまぼこ いんげんの生姜醤油和え 大根のそぼろあん あみ佃煮 モロヘイヤのお浸し	豚肉の黒酢あん ザーサイ炒め ポテトとウィンナー 小松菜の胡麻和え 桜でんぶ 黒豆	鶏肉ときのこのガーリックソテー ツイストマカロニ キャベツとヤングコーンの炒め物 豆ひじき 野沢菜漬け 小女子の佃煮	ヒレカツ ささげの胡麻和え スクランブルエッグ(ハム) 高菜ちりめん ツナマヨコーン フライソース	牛肉のオイスターソース ビッグエビのせしゅうマイ かぼちゃの田舎煮 やわらか茎わかめ おぐらと湯葉のお浸し		
618kcal / 2.1g	712kcal / 3.5g	620kcal / 2.8g	741kcal / 1.9g	688kcal / 2.3g		

【ご注文・変更・キャンセルはこちらのお店までお電話ください】

安中杉並木店

TEL 027-380-5855
FAX 027-381-1125

2020年4月

宅配123
C.O.O.K. ワン・ツウ・スリー健康ボリューム食
夕食

※ 栄養価表示							
ごはん 200 g 込み							
エネルギー 食塩相当量							
〇〇kcal / 〇.〇g							
1 日 (水)		2 日 (木)		3 日 (金)		4 日 (土)	
豚ロース肉の生姜焼き おくらとひじきの和え物 葉野菜の和風ドレッシング仕立て おかず豆 湯葉ちりめん山椒風味 鶏レバー煮		塩だれチキン 菜の花のおひたし マカロニと果物のサラダ 筍土佐煮 胡瓜の生姜漬け ツナマヨコーン		さば煮付け オクラのお浸し 白菜と青菜のそぼろあんかけ さつま芋煮 野沢菜漬け 五目厚焼玉子		ごちそうえびフライ ほうれん草と油揚げのお浸し 枝豆と魚すり身団子 (豆乳入り) 切り昆布煮 蒸し鶏胡麻和え タルタルソース	
646kcal / 2.8g		722kcal / 2.7g		743kcal / 2.2g		711kcal / 2.6g	
5 日 (日)		6 日 (月)		7 日 (火)		8 日 (水)	
スケソウダラ煮付け 味ごぼう 五目揚げ豆腐 ツナ入り玉子 畑のお肉しぐれ煮 おくらのおかか和え		豚肉炙り焼き キャベツ (付合せ) ビーフン たらこポテトサラダ 白菜漬け 小魚の佃煮		麻婆豆腐 マロニー中華風 きのこ入金平牛蒡炒め 豆ひじき くるみ味噌 ツナとほうれん草の和え物		トマトソースハンバーグ いんげん キャベツのコンソメ煮 ブロッコリーと海老のサラダ やわらか茎わかめ 竹輪とじゃこの煮物	
616kcal / 2.4g		658kcal / 3.1g		625kcal / 2.7g		660kcal / 3.5g	
12 日 (日)		13 日 (月)		14 日 (火)		15 日 (水)	
豚肉の黒酢あん 中華春雨 青梗菜の青海苔入り煮浸し コールスローサラダ 昆布ちりめん 合鴨スモーク		麻婆茄子 菜の花のおひたし 高野豆腐の含め煮 スクランブルエッグ (チーズ) ザーサイ炒め 小豆煮		こだわもも唐揚げ カレーコロケ 花野菜のポトフ パンプキンサラダ 焼刻み穴子 枝豆とコーンの洋風煮 フライソース		あじみりん焼き 花車かまぼこ チンジャオロース そら豆フライ あみ佃煮 わさび菜おひたし	
694kcal / 3.5g		633kcal / 2.7g		774kcal / 2.5g		617kcal / 1.5g	
19 日 (日)		20 日 (月)		21 日 (火)		22 日 (水)	
白糸だらの照焼き 人参煮 大葉入り豆腐団子 小松菜の和え物 大根としその実の漬物 うずら豆		仙台味噌仕立ての豚焼き肉 おくらとひじきの和え物 野菜とウィンナーの炒め物 豆サラダ 高菜ちりめん 一口照り焼きチキン		さば塩焼き 華かまぼこ 鶏肉の黒酢風味 ささげのお浸し 白菜漬け 若布とシラスの和え物		鶏肉のトマトソース キャベツと人参の炒め 厚焼き玉子 (関東風) 焼きそば 鮭フレーク おくらと湯葉のお浸し	
617kcal / 2.5g		756kcal / 3.1g		713kcal / 2.7g		705kcal / 3.2g	
26 日 (日)		27 日 (月)		28 日 (火)		29 日 (水)	
鶏肉のカレークリーム カリフラワーの洋風煮 高野豆腐の含め煮 ほうれん草コーンバター 塩えんどう豆 ツナサラダ		メバル煮付け 花形人参 茄子と挽肉の味噌炒め 鶏肉と筍の煮物 切り昆布煮 いんげんのピーナッツ和え		和風おろしソースハンバーグ 湯葉入りチンゲン菜 山菜とちくわの炊き合わせ カリフラワーと海老のサラダ 豚肉のしぐれ煮 五目厚焼玉子		ネギ塩豚ロース焼き なます ビーフン ほうれん草と油揚げのお浸し しょうがの甘辛煮 小豆煮	
753kcal / 3.2g		625kcal / 2.4g		648kcal / 3.3g		696kcal / 2.7g	
30 日 (木)							
黄金カレイ煮付け ふきの含め煮 厚焼き玉子 (関東風) ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え 焼刻み穴子 大豆ちりめん							
622kcal / 2.1g							

【ご注文・変更・キャンセルはこちらのお店までお電話ください】

安中杉並木店

TEL 027-380-5855
FAX 027-381-1125

2020年5月

宅配123
C.O.K. ワン・ツウ・スリー

31日(日)		※ 栄養価表示			1日(金)	2日(土)
豚キムチ 山菜とちくわの炊き合わせ 小松菜とじゃこのお浸し パンプキンサラダ 切り昆布煮 合鴨スモーク		ごはん 200 g 込み エネルギー 食塩相当量			麻婆茄子 浸し豆 大葉入り豆腐団子 コールスローサラダ おかか昆布 片口いわし浅炊き	さわら塩焼 味噌ごぼう 青梗菜の青海苔入り煮浸し そら豆フライ 白菜漬け かにかま入り玉子
764kcal / 3.4g		00kcal / 0.0g			634kcal / 3.2g	658kcal / 2.4g
3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
豚ロース肉の生姜焼き 菜の花のおひたし キャベツのコンソメ煮 ふきと油揚げの田舎煮 まぐろ煮 竹輪とじゃこの煮物	ミートオムレツ ツイストマカロニ 蓮根そぼろ 蒸し鶏サラダ はりはり漬 おくらの胡麻和え トマトケチャップ	ごちそうえびフライ ささげのお浸し 豆乳入りしっとり卵の花 鮭フレーク くり豆 タルタルソース	スケソウダラ煮付け 人参煮 チンジャオロース さつま芋煮 広島菜漬 合鴨スモーク	鶏肉のカレークリーム ペペロンチーノ キャベツとカニカマのサラダ ほうれん草と油揚げのお浸し 大根としその実の漬物 五目厚焼玉子	赤魚白醤油風味焼き れんこんの甘酢漬 焼ギョーザ ジャーマンポテト しょうがの甘辛煮 おくらのおかか和え	豚肉ときのこの生姜醤油炒め なます 茄子と挽肉の味噌炒め チキンマカロニハムサラダ 桜でんぶ チンゲン菜と人参のお浸し
638kcal / 3.0g	624kcal / 2.6g	733kcal / 2.6g	621kcal / 1.9g	761kcal / 2.9g	616kcal / 1.8g	631kcal / 3.3g
10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
海老天ぷら・かぼちゃ天ぷら 出汁巻き玉子 カリフラワーとウインナーの煮物 高菜ちりめん 黒豆 天つゆ	メバル煮付け オクラのお浸し 豚肉の黒胡椒焼き 切干大根 胡瓜漬 イカのマリネ	鶏肉のトマトソース ツイストマカロニ 花野菜のポトフ 小松菜の胡麻和え 塩えんどう豆 若布と干し海老の当座煮	ネギ塩豚ロース焼き 菜の花のおひたし ゆず入り芋きんとん いんげんのベーコン炒め 小魚の山椒風味 一口照り焼きチキン	白糸だらの照焼き 味噌ごぼう 蒸し鶏サラダ ミートソーススパゲティ 広島菜漬 竹輪とじゃこの煮物	春巻 エビチリソース 菜の花の辛子和え ツナ入り玉子 おかか佃煮 かにかまサラダ	さば塩焼き ふきの含め煮 ちくわの炒り煮 蒸し鶏のカレー風味 鮭フレーク ほうれん草のごま和え
649kcal / 1.5g	672kcal / 2.9g	628kcal / 3.3g	708kcal / 2.3g	622kcal / 2.9g	739kcal / 3.0g	740kcal / 2.6g
17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
豚角煮 チンゲン菜のお浸し きのこ入金平牛蒡炒め ひじきの煮物 焼刻み穴子 ツナサラダ	塩だれチキン 菜の花のおひたし キャベツのコンソメ煮 マカロニと卵のサラダ 畑のお肉しぐれ煮 うずら豆	仙台味噌仕立ての豚焼肉 おくらとひじきの和え物 厚揚げといんげんの煮物 蓮根そぼろ 湯葉ちりめん山椒風味 モロヘイヤの辛子和え	鶏つくね焼き(金平入り) 野菜とベーコンのケチャップ炒め 豆サラダ 刻みたくあん ツナとほうれん草の和え物	豚肉炙り焼き キャベツ(付合せ) 厚焼き玉子(関東風) 小松菜の和え物 胡瓜の生姜漬 ローストチキンほぐし身	ぶり照焼き 花形人参 白菜と青菜のそぼろあんかけ ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え やわらか茎わかめ 小魚の佃煮	麻婆豆腐 山菜とちくわの炊き合わせ 焼ギョーザ スクランブルエッグ(チーズ) 昆布ちりめん おくらと湯葉のお浸し
692kcal / 2.4g	756kcal / 2.3g	656kcal / 2.9g	659kcal / 3.5g	647kcal / 3.3g	637kcal / 2.3g	650kcal / 2.7g
24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
鶏肉のデミグラスソース キャベツとヤングコーンの炒め物 ジャンボ肉だんご 野沢菜漬 小豆煮	ヒレカツ 鶏肉の黒酢風味 湯葉入りチンゲン菜 桜でんぶ 枝豆とコーンの洋風煮 フライソース	牛焼肉 小松菜とツナの煮浸し 高野豆腐の含め煮 さつま芋煮 しそ昆布 鶏レバー煮	黄金カレー煮付け 華かまぼこ スクランブルエッグ(人参) ささげの胡麻和え あみ佃煮 豚ももチャーシュー	ミートオムレツ カラフルピクルス ささみフライ(梅入り) ブロッコリーとコーンの和え物 くるみ味噌 チンゲン菜と人参のお浸し トマトケチャップ	豚肉の黒酢あん 中華春雨 ちくわの炒り煮 豆乳入りしっとり卵の花 そら豆 切昆布と油揚げのおかか煮	牛肉のオイスターソース 蓮根そぼろ カリフラワーと海老のサラダ ザーサイ炒め 蒸し鶏胡麻和え
673kcal / 2.8g	665kcal / 2.1g	697kcal / 3.1g	646kcal / 2.1g	641kcal / 2.9g	727kcal / 3.5g	726kcal / 2.6g

【ご注文・変更・キャンセルはこちらのお店までお電話ください】

安中杉並木店

TEL 027-380-5855
FAX 027-381-1125



2020年5月

宅配123
C.O.K. ワン・ツウ・スリー

31 日 (日)		※ 栄養価表示			1 日 (金)	2 日 (土)
白糸だらの照焼き オクラのお浸し 豚肉の黒胡椒焼き 切干大根 胡瓜の生姜漬け うずら豆		ごはん 200 g 込み			仙台味噌仕立ての豚焼き肉 キャベツと人参の炒め かぶの湯葉あんかけ 菜の花の辛子和え しば漬 若布と干し海老の当座煮	鶏肉のデミグラスソース ツナの梅風味パスタ ブロッコリーとコーンの和え物 刻みたくあん わさび菜おひたし
653kcal / 2.4g		〇〇kcal / 〇.〇g	:		655kcal / 3.4g	610kcal / 3.0g
3 日 (日)	4 日 (月)	5 日 (火)	6 日 (水)	7 日 (木)	8 日 (金)	9 日 (土)
さば煮付け 華かまぼこ 茄子とピーマンの煮浸し 炒り豆腐 しそ昆布 豚ももチャーシュー	塩だれチキン キャベツ (付合せ) ちくわの炒り煮 ほうれん草と人参の煮浸し そら豆 小魚の佃煮	豚肉炙り焼き チンゲン菜のお浸し ツナポテトサラダ ひじきの煮物 胡瓜の生姜漬け 鶏レバー煮	山形牛ハンバーグ・オニオンソース ブロッコリーのお浸し 野菜とウインナーの炒め物 きのこ入金平牛蒡炒め マカロニと卵のサラダ くるみ味噌 イカのマリネ	豚肉の黒酢あん ザーサイ炒め 小松菜とじゃこのお浸し ささげの胡麻和え 畑のお肉しぐれ煮 枝豆とコーンの洋風煮	牛焼肉 山菜とちくわの炊き合わせ スクランブルエッグ (チーズ) 豆ひじき あみ佃煮 ツナとほうれん草の和え物	ぶり照焼き 花形人参 蓮根練り胡麻ドレッシング 小松菜の和え物 切り昆布煮 花斗六豆
768kcal / 2.8g	644kcal / 2.1g	625kcal / 3.5g	773kcal / 3.4g	645kcal / 3.4g	727kcal / 2.4g	714kcal / 1.9g
10 日 (日)	11 日 (月)	12 日 (火)	13 日 (水)	14 日 (木)	15 日 (金)	16 日 (土)
麻婆豆腐 いんげん ビーフン 枝豆と魚すり身団子 (豆乳入り) 白菜漬け ローストチキンほぐし身	豚キムチ 浸し豆 たらこポテトサラダ スクランブルエッグ (ハム) じゃこ入り湯葉ひじき山椒 わさび菜おひたし	あじみりん焼き 花車かまぼこ とりごぼろ お豆と昆布の煮物 野沢菜漬け ツナマヨコーン	ミルフィーユカツ カラフルピクルス キャベツとヤングコーンの炒め物 湯葉入りチンゲン菜 しば漬け 切昆布と油揚げのおかか煮 フライソース	デミグラスソースハンバーグ ポテトとウインナー 茄子とピーマンの煮浸し カリフラワーと海老のサラダ はりはり漬 モロヘイヤのお浸し	鶏肉ときのこのガーリックソース キャベツ (付合せ) 焼きそば さつま芋の蜜かけ 豚肉のしぐれ煮 いんげんのピーナッツ和え	ミートオムレツ ブロッコリーのお浸し ゆで豚と玉ねぎの梅し風味 筍土佐煮 そら豆 合鴨スモーク トマトケチャップ
626kcal / 2.9g	745kcal / 3.0g	636kcal / 1.9g	659kcal / 3.1g	654kcal / 3.4g	653kcal / 2.6g	712kcal / 2.5g
17 日 (日)	18 日 (月)	19 日 (火)	20 日 (水)	21 日 (木)	22 日 (金)	23 日 (土)
カレイの唐揚げ いんげんの生姜醤油和え パンプキンサラダ 大根のそぼろあん くるみ味噌 若布とシラスの和え物	麻婆茄子 ザーサイ炒め 大葉入り豆腐団子 ブロッコリーとコーンの和え物 おかか昆布 蒸し鶏胡麻和え	牛肉のオイスターソース 青梗菜の青海苔入り煮浸し ふきと油揚げの田舎煮 桜でんぶ かにかま入り玉子	さわら塩焼 オクラのお浸し さつま芋とリンゴの甘煮 豆乳入りしっとり卵の花 白菜漬け 小女子の佃煮	鶏肉のカレークリーム ペペロンチーノ 蓮根練り胡麻ドレッシング ささげのお浸し そら豆 若布と干し海老の当座煮	豚ロース肉の生姜焼き 青菜ピーナッツ和え かぼちゃの田舎煮 ブロッコリーと海老のサラダ 鮭フレーク 黒豆	白身魚ひと口竜田 マロニー中華風 牛肉とインゲンのうま煮 おかず豆 胡瓜漬け かにかまサラダ 具入り甘酢あん (きのこ)
639kcal / 2.7g	629kcal / 3.3g	673kcal / 2.8g	675kcal / 2.4g	758kcal / 3.1g	694kcal / 2.3g	755kcal / 2.9g
24 日 (日)	25 日 (月)	26 日 (火)	27 日 (水)	28 日 (木)	29 日 (金)	30 日 (土)
ネギ塩豚ロース焼き なます 厚揚げのそぼろあん ほうれん草と人参の煮浸し しょうがの甘辛煮 片口いわし浅炊き	赤魚白醤油風味焼き いんげん じゃが芋と人参の煮物 チキンマカロニハムサラダ まぐろ煮 五目厚焼玉子	トマトソースハンバーグ ブロッコリーのお浸し 栗野菜の和風ドレッシング仕立て 蒸し鶏のカレー風味 高菜ちりめん イカのマリネ	豚肉ときのこの生姜醤油炒め 浸し豆 ビーフン ポテトサラダ 畑のお肉しぐれ煮 おくらのおかか和え	鶏肉の柚子おろし 茄子と挽肉の味噌炒め ひじきの煮物 広島菜漬け 大豆ちりめん	メバル煮付け 味噌ごぼろ さつま芋とリンゴの甘煮 小松菜の胡麻和え 刻みたくあん 一口照り焼きチキン	塩だれチキン キャベツと人参の炒め 出汁巻き玉子 いんげんのベーコン炒め 小魚の山椒風味 ツナとほうれん草の和え物
622kcal / 2.8g	617kcal / 1.9g	624kcal / 3.2g	621kcal / 3.2g	632kcal / 2.9g	645kcal / 2.7g	706kcal / 2.4g

【ご注文・変更・キャンセルはこちらのお店までお電話ください】

安中杉並木店

TEL 027-380-5855
FAX 027-381-1125





NAMIKIグループ

並木苑の味覚づくしを配達します。



彩弁当 ¥3,300 (税込)

－弁当内容－

長芋豆腐
菜の花の白和え
シーフードマリネ
煮物・とろろ茶巾・ふき煮・彩豆腐
サワラの塩焼き・ワサビ醤油漬け
梅スキ煮・絹さや
鶏ロースト赤ワインソース
海老・穂付筍・ししとうの天婦羅
プリン
付料理
刺身 鮭・刺身こんにゃく妻一式
蒸し物 茶碗蒸し
食事 彩ちらし・お吸い物



おめで鯛弁当 ¥5,230 (税込)

－弁当内容－

一の段	三の段
鯛の塩焼き	出汁巻玉子
塩いくら	タコの柔らか煮
アワビの酒煮	合鴨ロース
ホタルイカとウドの酢味噌和え	菜の花サーモン巻
二の段	ズワイガニ
細魚と海老の手毬寿司	豚の角煮
桜小餅	天使海老旨煮
三色団子	南瓜煮
フルーツ	穂付筍煮
桜蕎麦	桜麩
彩ちりめん押し飯	鰻の蒲焼き
香の物	天婦羅
	海老・筍・菜の花・椎茸



特選弁当 ¥3,000 (税込)

－弁当内容－

一の段
海老と春野菜の天婦羅
真鯛の柚庵焼き・出汁巻玉子・煮蛸
合鴨の山椒焼・信田巻・天使の海老旨煮
筍京煮・ホタルイカ・南瓜煮・桜焼売
豚の角煮・半熟卵・焼き鳥串

二の段
稻荷寿司・柏餅・蕨餅・桜小餅・香の物
海老と白身魚の手毬寿司
彩ちりめん押し飯

※ ご注文は5日前にてお願いいたします。 ※ ご注文は3個以上より承ります。 ※ 彩弁当に関しては容器を回収させていただきます。
※ 仕入れの状況にて、食材の変更が若干ございます。 ※ その他、お気軽に下記までご連絡を頂きご相談ください。



〒379-0133

群馬県安中市原市587-1 TEL 027-381-1212 FAX 027-381-1125



NAMIKIグループ

並木苑の味覚づくしを配達します。



安中うまいもん弁当 ¥1,000 (税込)

－弁当内容－

坂本の米 さいしこみ醤油ご飯
さいしこみ醤油 豚の角煮
妙義ナバファームの椎茸
田舎ごぼうきんぴら
秋間の里芋煮
秋間梅林の小梅
醤油麴の唐揚げ



安中秋間梅林弁当 ¥1,000 (税込)

－弁当内容－

秋間 梅ご飯
坂本の米 白ご飯
茶飯(さいしこみ醤油ご飯)
煮卵・芋串
妙義椎茸の天婦羅
太目のきんぴらごぼう
秋間梅すき焼き・雷こんにゃく
秋間の梅醬(うめびしお)
秋間カリカリ小梅・梅麴



花卉当 ¥1,230 (税込)

－弁当内容－

あさり春キャベツの塩炒め・若鶏のローストてりやきソース
わらび餅・3色ブチ団子あずき
煮物: ふき煮・彩豆腐・海老
天婦羅: 海老・穂付筍・ししとう
サーモン西京焼き・たけのこ焼売
菜の花の白和え
カリカリ梅ご飯・菜めし



暦弁当 ¥1,500 (税込)

－弁当内容－

あさり春キャベツの塩炒め・若鶏のローストてりやきソース
きんぴらごぼう・ふんわりオムレットマトソース
菜の花の白和え・わらび餅・3色ブチ団子あずき
サーモン西京焼き・たけのこ焼売
天婦羅: 海老・穂付筍・ししとう ハンバーグデミソース
煮物: ふき煮・彩豆腐・海老
カリカリ梅ご飯・菜めし



ちらし寿司

¥540 (税込)



いなり寿司

¥540 (税込)



豚ヒレカツ弁当

¥640 (税込)

※ ご注文は3日前にてお願いいたします。 ※ ご注文は3個以上より承ります。 ※ 彩弁当に関しては容器を回収させていただきます。
※ 仕入れの状況にて、食材の変更が若干ございます。 ※ その他、お気軽に下記までご連絡を頂きご相談ください。



〒379-0133

群馬県安中市原市587-1 TEL 027-381-1212 FAX 027-381-1125