

2021

8月

メニュー

日	月	火	水	木	金	土	
1 やすみ	2 ビビンバ 味たまご 774Kcal 脂質32.7g 塩分3.8g	3 チキンカレー ベーコンサラダ 629kcal 脂質18.7g 塩分2.8g	4 オムライス 特製デミソース ジャーマンポテト 635kcal 脂質32.1g 塩分3.6g	5 中華おこわ チンゲン菜炒め 春雨サラダ・キャロットケーキ 663kcal 脂質24.5g 塩分6.5g	6 季節限定 枝豆おこわ 豚肉団子 かにかまサラダ・ぶどう 692kcal 脂質19.9g 塩分4.4g	7 やすみ	
8 やすみ	夏休み					14 やすみ	
15 やすみ	16 五目ずし 鶏肉味噌漬け焼き 蕪のサラダ 587kcal 脂質12.1g 塩分3.3g	17 期間限定 10月まで!! ロコモコ ハワイアンサラダ 831kcal 脂質32.8g 塩分2.4g	18 黒豆ごはん 鮭のオイル焼き しらす和え・茶巾絞り 578kcal 脂質8.5g 塩分3.0g	19 きのこごはん 八宝菜・大阪漬 お芋りんご煮 590Kcal 脂質12.4g 塩分3.3g	20 鶏ねぎつくね 豆甘煮 にんじんナムル 710kcal 脂質16.6g 塩分3.3g	21 やすみ	
22 やすみ	23 スタミナ丼 チョレギサラダ きゅうりの塩昆布和え 708kcal 脂質26.6g 塩分3.1g	24 タンドリーチキン ココナッツ入りターメリックライス 玉ねぎダレサラダ 714Kcal 脂質21.7g 塩分3.5g	25 豚バラ角煮 キャロットライス こはく羹・塩麹サラダ 747kcal 脂質27.9g 塩分3.2g	26 ちりめんじゃこ寿司 笹身チーズ焼き ベジタブルムース 597kcal 脂質7.6g 塩分3.9g	27 豚みそ丼 ひじきの煮物 ブチトマトサラダ 958Kcal 脂質45.4g 塩分3.1g	28 やすみ	
29 やすみ	30 かやくごはん 和風ハンバーグ リーフサラダ・焼きりんご 782kcal 脂質13.3g 塩分3.1g	31 パエリア ラタトゥイユ スパゲティサラダ 649kcal 脂質14.2g 塩分3.2g					

1個 500円 (税込)  
大盛 600円



“QRコード”が出来ました!!  
読み取ると本日のメニューに飛べます!!  
本日のメニューの詳細情報を知りたい方こちら!!

TEL・FAX 790-6361

☆横浜市金沢区内に無料で配達いたします。  
☆当日のご注文は、8:30~9:30  
にお願いします。  
☆お届けは11:30~12:15頃です。  
※メニューや配達場所により、上記の時間を  
前後する場合がございます。  
☆諸事情により、時間指定の配達はなるべく  
ご遠慮ください。

<http://gonogo-happy-lunch.com/>

