

お弁当と食パン宅配専門

電話 092-624-5080
FAX 092-624-5099

野菜のソムリエ ベジフルビューティーアドバイザーが作る

syakariki

食に関するシーンや漫画などの深いセリフ

：引用 『刃牙』 範馬勇次郎より

防腐剤、着色料、保存料、様々な化学物質カラダによからうハズもない。しかし、だからとて健康にいいものだけを採る。これも健全とは言えない。毒も喰らう、栄養も喰らう。両方を共に美味しくと感じ血肉に変える度量こそが食には肝要だ。

食パンとドーナツは前日の15:00まで
締切ですが商品によって
締め切り日が異なる場合がございます
状況により締め切り前でもお断りする
場合もございます。ご了承ください

UNUSED!!

プレーンの食パン

マーチのお話

・卵・発酵促進剤

・保存料・着色料

イーストフード・ショートニング

(マーガリン)

・膨張剤等を一切使用しておりません。

※食パンには一部、卵を含む場合がございます。

★ご注文票★

パンなどの組み合わせも
1000円以上のご注文で配達いたします
FAXで送られる場合必ずこちらの記入を
忘れずをお願いいたします

御社名 _____
お名前 _____
お電話 _____

基本的に
ソースや醤油
ドレッシングなど
お弁当に付いて
おりません
ご了承ください

HP ★ syakariki.com



SYAKARIKI621

お客様の担当者は

金額	御予約	12/9~20	ナチュラル	ベジフル	500円	ナチュラはご飯が170g おかずは同じでベジフルはご飯が100g とフルーツが入ります。大盛は前日予約230g 50円プラスです。	ご飯	おかず	野菜の量
マーチ 350		mon 9			白ご飯	チキンカツ 竹輪とじゃが芋のカレー金平 玉ねぎとにらのジョン 鶏と大根の煮物 キャベツとブロッコリーのソテー	285kcal	267kcal	62g
黒ゴマ 400									
めっちゃ黒糖 470									
ミルクチョコレート 700									
マーチ 350		tue 10			麦ご飯	サバケチャ オクラとわかめとえのきの中華サラダ 南瓜とベーコンのハニーマスタードサラダ 塩枝豆 はんぺんの磯辺揚げ 切り干し大根ワサビマヨ	283kcal	270kcal	40g
ゆだね 370									
めっちゃレーズン 500									
蜜リンゴキャラメル 550									
ミルクチョコレート 700									
マーチ 350		wed 11			白ご飯	豚とオニオンだれともやしのソテー 焼うどん 竹輪のかりかりカレー揚げ 牛蒡の胡麻マヨサラダ ハムと大根の甘酢漬	285kcal	265kcal	68g
カシューナッツ&クルミ 550									
いちごホワイト 630									
ミルクチョコレート 700									
マーチ 350		thu 12			白ご飯	ハンバーグ おからの和風サラダマヨなし 茄子フライ 根菜とひじきの煮物 スパゲティ 人参のマスタードマリネ	285kcal	294kcal	76g
ゆだね 370									
黒ゴマ 400									
オニオンペッパー 450									
ミルクチョコレート 700									
マーチ 350		fri 13			白ご飯	長崎島原の味噌をご飯に乗せて** 味付けしたキャベツをご飯に混ぜました。 珍しいと思うのでぜひご賞味あれ**	310kcal	303kcal	67g
いちじくクランベリー 600									
ハニーレモン 450									
大人のラムレーズン 700									
ミルクチョコレート 700									
マーチ 350		mon 16			麦ご飯	メンチカツ 鶏の唐揚げ マカロニサラダ 牛蒡と塩こぶのサラダ 人参と豆苗のナムル	283kcal	273kcal	75g
ゆだね 370									
いちごホワイト 630									
ミルクチョコレート 700									
マーチ 350		tue 17			白ご飯	鶏のカレー照焼き がめ煮 南瓜の天ぷら 厚揚げとひじきの炊いたの ケチャスパ 玉子とキャベツのゴマだれサラダ	285kcal	268kcal	83g
ゆだね 370									
めっちゃレーズン 500									
抹茶ホワイト 630									
ミルクチョコレート 700									
マーチ 350		wed 18			胡麻塩ご飯	ミルクチキカツ 春巻き 豆腐サラダ のっぺい汁 わかめと胡瓜の酢の物	285kcal	277kcal	41g
ゆだね 370									
オレンジピール 450									
くるみチーズ 600									
ミルクチョコレート 700									
マーチ 350		thu 19			白ご飯	チキントマトオムレツ 茄子のひき肉はさみ揚げ 人参しりしり 大根の煮物 チーズインマカロニサラダ	285kcal	288kcal	80g
ちよこちよこ 600									
いちごホワイト 630									
ミルクチョコレート 700									
マーチ 350		fri 20			白ご飯	筑豊バージョン ばら寿司	288kcal	267kcal	70g
ゆだね 370									
カシューナッツ&クルミ 550									
ころころチーズ 750									
ミルクチョコレート 700									

ベジフルは前日予約です