

あかねっこ 弁当

～ 20品目のヘルシー弁当～

おいしさと笑顔をお届けいたします。

(練馬区内2個からお届け)



2018年
12月



お得な回数券 **5,500円** (税込)

(11枚入りで1個あたり500円になります)

550円 (税込)

配送料 / 回収料込み

テイクアウト **500円** (税込)

栄養士が考えたヘルシー弁当

- ・野菜たっぷり、約20品目摂れる
- ・1日～14日(高菜ご飯) 17日～28日(そばろ山椒ご飯)が選べます
- ・お米は「秋田産あきたこまち」を使用
- ・白米と玄米も選べます

月	火	水	木	金
3 根菜バーグと卵の花	4 ぶりのみぞれ煮とさつま芋のツナマヨ	5 麻婆豆腐と焼売	6 白身魚のフライと根菜の煮物	7 肉野菜炒めと卵焼き
10 さばの塩焼とコロッケ	11 豚の角煮と煮卵	12 さわらの蒲焼と人参しりしり	13 鶏の味噌焼きと揚げ出し豆腐	14 お魚ハンバーグと里芋の唐揚げ
17 豚のカレー焼きとブロッコリーマヨ焼き	18 鮭の塩焼と蒟蒻のヒリ辛炒め	19 豆腐がんもとしゃもの南蛮漬け	20 さんまの開きと野菜天ぷら	21 炒り鶏と卵豆腐
24 振替休日	25 鶏の南部焼きとオムライス	26 すごもり卵と鶏の唐揚げ	27 カレーのフライと高野豆腐の肉詰め	28 豚の生姜焼きとちくわの天ぷら



1日～14日(高菜ご飯)

※白米と玄米も選べます



17日～28日(そばろ山椒ご飯)

ご注文は「電話」か「FAX」でお願いします。

ご希望内容をお伝えください ↓

①お名前 ②電話番号 ③お届け日時 ④お届け場所 ⑤個数 ⑥ごはんの種類

TEL **03-5848-6139**

FAX **03-5848-6138**

営業日 ▶ 月～金曜日(土日祝休み)

受付時間 ▶ 8:30～17:00

住 所 ▶ 練馬区春日町3-13-1

※配達は昼食のみで当日の注文は9:30迄とさせていただきます。