まごころ弁当　周南支店　～やわらか食 始まりました～

詳細は HP：http://www.magokoro-bento.com/　下記資料をご参照下さい。（H29.4 現在）

（普通食）

本日のメニュー（昼）

2017/4/6　（木）

4月

まごころ弁当　周南支店
店長　河村昭
tel　0834-34-3288
fax　0834-34-3208

○新聞をヨム日
日本新聞協会販売委員会が2003年に制定
四(よ)六(む)で「読む」の語呂合せ。

A ハヤシオムレツ
B チンゲン菜とキノコのソテー
C さつま芋のケチャップ煮
D 付け合わせ

（普通食）

本日のメニュー（昼）

2017/4/6　（木）

4月

まごころ弁当　周南支店
店長　河村昭
tel　0834-34-3288
fax　0834-34-3208

○新聞をヨム日
日本新聞協会販売委員会が2003年に制定
四(よ)六(む)で「読む」の語呂合せ。

A イカカツ
B じゃが芋ベーコン炒め
C 姫高野の炊合せ
D 付け合わせ

カロリー調整食

本日のメニュー（昼）

2017/4/6　（木）

4月

まごころ弁当　周南支店
店長　河村昭
tel　0834-34-3288
fax　0834-34-3208

○新聞をヨム日
日本新聞協会販売委員会が2003年に制定
四(よ)六(む)で「読む」の語呂合せ。

赤魚の煮付け

カロリー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)
224	13.4	10.1	17.3	750	1.9

上記は副食のみの数値です。

カロリー調整食

本日のメニュー（昼）

2017/4/6　（木）

4月

まごころ弁当　周南支店
店長　河村昭
tel　0834-34-3288
fax　0834-34-3208

○新聞をヨム日
日本新聞協会販売委員会が2003年に制定
四(よ)六(む)で「読む」の語呂合せ。

チキンステーキ（中華甘酢ソース）

カロリー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)
217	10	8.27	22.2	743	1.8

上記は副食のみの数値です。

やわらか食

本日のメニュー（昼）

2017/4/6　（木）

まごころ弁当　周南支店
店長　河村昭
tel　0834-34-3288
fax　0834-34-3208

○新聞をヨム日
日本新聞協会販売委員会が2003年に制定
四(よ)六(む)で「読む」の語呂合せ。

サワラの照焼

カロリー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)
210	12.・7	9.1	16	944	2.・4

上記は副食のみの数値です。

やわらか食

本日のメニュー（昼）

2017/4/6　（木）

まごころ弁当　周南支店
店長　河村昭
tel　0834-34-3288
fax　0834-34-3208

○新聞をヨム日
日本新聞協会販売委員会が2003年に制定
四(よ)六(む)で「読む」の語呂合せ。

アジの味噌ダレかけ

カロリー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)
222	12.1	12	15.6	944	2.・4

上記は副食のみの数値です。

（ムース食）

本日のメニュー（昼）

2017/4/6　（木）

まごころ弁当　周南支店
店長　河村昭
tel　0834-34-3288
fax　0834-34-3208

○新聞をヨム日
日本新聞協会販売委員会が2003年に制定
四(よ)六(む)で「読む」の語呂合せ。

A 焼き鳥
B じゃが芋【ドレッシング）
C 小松菜（お浸し）

（ムース食）

本日のメニュー（昼）

2017/4/6　（木）

まごころ弁当　周南支店
店長　河村昭
tel　0834-34-3288
fax　0834-34-3208

○新聞をヨム日
日本新聞協会販売委員会が2003年に制定
四(よ)六(む)で「読む」の語呂合せ。

A サバのカレームニエル
B 椎茸（佃煮味）
C 南瓜（煮物味）

（低たんぱく食）

本日のメニュー（昼）

2017/4/6　（木）

4月

まごころ弁当　周南支店
店長　河村昭
tel　0834-34-3288
fax　0834-34-3208

○新聞をヨム日
日本新聞協会販売委員会が2003年に制定
四(よ)六(む)で「読む」の語呂合せ。

つくねの照焼

カロリー(kcal)	蛋白質(g)	カリウム(mg)	リン(mg)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)
363	9.5	466	151	771	1.9

（低たんぱく食）

本日のメニュー（昼）

2017/4/6　（木）

4月

まごころ弁当　周南支店
店長　河村昭
tel　0834-34-3288
fax　0834-34-3208

○新聞をヨム日
日本新聞協会販売委員会が2003年に制定
四(よ)六(む)で「読む」の語呂合せ。

サーモンフライ

カロリー(kcal)	蛋白質(g)	カリウム(mg)	リン(mg)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)
304	9.0	400	55	559	1.4

まごころ弁当　周南店　　エリア一覧表

詳しくはお問い合わせ下さい　　電話番号0834－34－3288

あ行

あいおいちょう　いいじまちょう
・相生町　・飯島町
いまじゅくちょう　いまずみちょう
・今宿町　・今住町
いりふねちょう　うめぞのちょう
・入船町　・梅園町
うらやま　えぐち
・浦山　・江口
えびすまち　おかだちょう
・戎町　・岡田町
おがわやちょう　おきみちょう
・小川屋町　・沖見町
おけがわちょう　おひめちょう
・桶川町　・御姫町
おんだ　おおうちちょう
・温田　・大内町
えのみやちょう
・江の宮町

か行

かせがわらちょう　かわさき
・かせ河原町　・川崎
かみさこちょう　かわて
・上迫町　・川手
かわばたちょう　きさんどおり
・川端町　・岐山通
きたやま　きなんちょう
・北山　・岐南町
ぎんざ　ぎんなんがい
・銀座　・銀南街
こいずみ　こうじまち
・小泉　・糀町
こうちちょう　こだまちょう
・河内町　・児玉町
こんげんちょう　けいまんちょう
・権現町　・慶万町

さ行

さかえまち　すみよしちょう
・栄町　・住吉町
さらやまちょう　さくらばばどおり
・皿山町　・桜馬場通
しいぎちょう　さんばんちょう
・椎木町　・三番通
しもかみ　しみず
・下上　・清水
しょうろうちょう　しゃちちょう
・鐘楼町　・社地町
しんじゅくどおり　しょうわどおり
・新宿通　・昭和通
しんちちょう　しんち
・新地町　・新地
しんでん　しんつつみちょう
・新田　・新堤町
じょうそん　しんまち
・上村　・新町
しゅうよう　すみざきちょう
・周陽　・住崎町
せとみちょう
・瀬戸見町

た行

だいじん　ちっこうちょう
・大神　・築港町
ちゅうおうまち　ちょだちょう
・中央町　・千代田町
つきおかちょう　とくやまみなとまち
・月丘町　・徳山港町
とんだ　とんだ(おおあざ)
・富田　・富田(大字)
どい　どうげんちょう
・土井　・道源町
といし
・遠石

な行

なかなわてちょう　ながたちょう
・中畷町　長田町
にしちょだちょう　にしますちょう
・西千代田町　・西桝町
にしまつばら　にばんちょう
・西松原　・二番町
のがみちょう　のむら
・野上町　・野村

は行

はしもとちょう　はじま
・橋本町　・羽島
はすがえき　はつねちょう
・蓮ヶ浴　・初音町
はなぞのちょう　はなばたけちょう
・花園町　・花畠町
はまだ　はらじゅくちょう
・浜田　・原宿町
ひじちょう　ひらの
・日地町　・平野
ふくがわ　ふくがわ(おおあざ)
・福川　・福川(大字)
ふくがわなかいちちょう　ふるかわちょう
・福川中市町　・古川町
ふるいち　ほんじんちょう
・古市　・本陣町
へいわどおり
・平和通
ほんまち
・本町

ま行

まどころ　まるやまちょう
・政所　・丸山町
みかげちょう　みささちょう
・御影町　・三笹町
みどりまち　みなとまち
・緑町　・港町
みなみうらやまちょう　みなみぎんざ
・南浦山町　・南銀座
みやこまち　みやのまえ
・都町　・宮の前
みやまちょう　みゆきどおり
・御山町　・御幸通
むろお　もうりちょう
・室尾　・毛利町

や行

やなぎまち
・柳町
やよいちょう
・弥生町
ゆうらくちょう
・有楽町
よよぎどおり
・代々木通

わ行

わかみやちょう
・若宮町
わかやま
・若山

※五月町・横浜田・夜市・秋月も一部エリアに入ってます。
詳しくはご相談下さい。今後もエリア拡大を予定しておりますので
まごころ弁当をどうぞよろしくお願いします。