



前日までに必ずご注文ください。  
ご注文は電話、FAX、ホームページよりお願いします。

TEL 0800-111-1038 FAX 0800-222-1038

### トミヤのごはんは、ひと味違う

トミヤのごはんは、おいしさと安全にこだわり  
5つ星お米マイスターと選ぶ「記憶に残るごはん」  
日本の契約農家の低農薬のお米を使用しています。



トミヤのおいしさの秘密、詳しくは…

フードセンタートミヤ

検索

## 和ランチ

和風のおかず1品と栄養バランスのある付け合わせ5~6品。  
迷った時の定番日替り弁当です。

550 円

8 / 29 (月) 和風ハンバーグ 温野菜サラダ	8 / 30 (火) ナスとひき肉の味噌いため 千切り大根	8 / 31 (水) ホッケ塩焼き イタリアンスパゲティ	9 / 1 (木) 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ	9 / 2 (金) 若鶏の天ぷら 筑前煮	9 / 3 (土) ロースとんかつ 鯖の煮付
9 / 5 (月) さばの味噌煮 ツナ入りスパゲティサラダ	9 / 6 (火) 厚揚げそぼろあんかけ ジャガイモフライ	9 / 7 (水) 牛肉玉ねぎときのこの甘辛炒め ポテトサラダ	9 / 8 (木) 若鶏の照り焼き 肉じゃが	9 / 9 (金) さばのみりん漬け ジャガイモフライ	9 / 10 (土) ミンチカツ 千切り大根
9 / 12 (月) 親子とじ 竹輪とごぼうの炒め煮	9 / 13 (火) カレーの唐揚げ 千切り大根サラダ	9 / 14 (水) 焼きそば コロッケ	9 / 15 (木) 白身魚の塩焼き 南瓜そぼろあんかけ	9 / 16 (金) すき焼き イタリアンスパゲティ	9 / 17 (土) かつ玉 スパゲティサラダ
9 / 19 (月) ホッケの塩焼き ポテトサラダ	9 / 20 (火) おでん ポテトサラダ	9 / 21 (水) サバの塩焼き 金平ごぼう	9 / 22 (木) 茄子と豚肉のみそ炒め 竹輪マヨサラダ	9 / 23 (金) サバの煮付 コロッケ	9 / 24 (土) プルコギ・カレー唐揚げ 肉じゃが
9 / 26 (月) かつ玉 焼きそば	9 / 27 (火) 豚肉と玉子の炒め物 大根そぼろあんかけ	9 / 28 (水) 牛肉とピーマンの甘辛炒め 筑前煮	9 / 29 (木) 牛肉と蓮根の和風おろしサラダ 野菜のバジルソテー	9 / 30 (金) 和風ハンバーグ 温野菜サラダ	10 / 1 (土) ナスとひき肉のみそ炒め・アジフライ 金平ごぼう