



前日までに必ずご注文ください。  
ご注文はホームページよりお願い致します。  
<https://fc-tomiya.com/>



### 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。

600 円

10 / 30 (月) 鶏肉と茄子の南蛮煮 カレー肉じゃが	10 / 31 (火) 牛肉玉ねぎときのこの甘辛炒め ピーマンと厚揚げの味噌マヨ炒め	11 / 1 (水) おでん きのこスパゲティ	11 / 2 (木) さばのみりん漬け 南瓜フライ	11 / 3 (金) すき焼き コロッケ	11 / 4 (土) ナスとひき肉のみそ炒め・アジフライ 金平ごぼう
11 / 6 (月) 親子とじ ジャガイモフライ	11 / 7 (火) 鮭のちゃんちゃん焼き 千切り大根サラダ	11 / 8 (水) 豚しゃぶ南蛮 肉じゃが	11 / 9 (木) 白身魚の塩焼き 南瓜フライ	11 / 10 (金) すき焼き ジャガイモと豚肉のカレー炒め	11 / 11 (土) ミックスグリル サバの塩焼き
11 / 13 (月) サバの塩焼き きのこのソテー	11 / 14 (火) かつ玉 金平ごぼう	11 / 15 (水) 豚肉と玉子の炒め物 竹輪マヨサラダ	11 / 16 (木) 和風おろし焼肉 焼きそば	11 / 17 (金) 照り焼きハンバーグ 大根そぼろあんかけ	11 / 18 (土) 若鶏の唐揚げ・回鍋肉 サバの塩焼き
11 / 20 (月) 豚肉ときのこの卵炒め 筑前煮	11 / 21 (火) 豚とキャベツの味噌炒め 野菜のバジルソテー	11 / 22 (水) 和風ハンバーグ 大根とこんにゃくの煮物	11 / 23 (木) 鮭の塩焼き ポテトサラダ	11 / 24 (金) ナスとひき肉の味噌炒め 千切り大根	11 / 25 (土) ブルコギ 大根・こんにゃく・玉子1/2
11 / 27 (月) 鮭の塩焼き コロッケ	11 / 28 (火) 豚肉味噌生姜焼き ぜんまい旨煮	11 / 29 (水) 若鶏の天ぷら 筑前煮	11 / 30 (木) さばの味噌煮 コロッケ	12 / 1 (金) 鶏肉と茄子の南蛮煮 カレー肉じゃが	12 / 2 (土) かつ玉 鯖味噌煮