



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

7 / 1 (月) 若鶏の天ぷら 炊き合わせ	7 / 2 (火) さばの味噌煮 コロッケ	7 / 3 (水) 牛肉玉ねぎときのこの甘辛炒め ブロッコリーときのこの和風サラダ	7 / 4 (木) 豚しゃぶ ジャガイモと豚肉のカレー炒め	7 / 5 (金) 和風ハンバーグ イカフライ	7 / 6 (土) 鮭の塩焼き 唐揚げ
7 / 8 (月) さばのみりん漬け 唐揚げ	7 / 9 (火) 親子とじ 竹輪とごぼうの炒め煮	7 / 10 (水) 鮭のちゃんちゃん焼き 千切りサラダ	7 / 11 (木) 牛肉とキャベツの味噌炒め ジャガイモフライ	7 / 12 (金) カレイの唐揚げ 野菜炒め	7 / 13 (土) ロースとんかつ 鯖の煮付
7 / 15 (月) 回鍋肉 筑前煮	7 / 16 (火) すき焼き コロッケ	7 / 17 (水) サバの塩焼き ジャガイモと豚肉のカレー炒め	7 / 18 (木) かつ玉 金平ごぼう	7 / 19 (金) 豚肉ときのこの卵炒め 竹輪マヨサラダ	7 / 20 (土) ブルコギ 炊き合わせ
7 / 22 (月) 鶏肉と茄子の揚げびたし ポテトサラダ	7 / 23 (火) 照り焼きハンバーグ ぜんまいの旨煮	7 / 24 (水) 茄子と豚肉のみそ炒め 筑前煮	7 / 25 (木) 鮭の炙り焼き 竹輪マヨサラダ	7 / 26 (金) 豚肉と玉子の炒め物 肉じゃが	7 / 27 (土) かつ玉 ジャガイモと豚肉のカレー炒め
7 / 29 (月) 豚とキャベツの味噌炒め 野菜のバジルソテー	7 / 30 (火) ナスとひき肉の味噌炒め コロッケ	7 / 31 (水) おでん ブロッコリーときのこの和風サラダ	8 / 1 (木) 鮭の塩焼き 肉じゃが	8 / 2 (金) 厚揚げと豚肉の生姜焼き ぜんまい旨煮	8 / 3 (土) ヒレカツ・ハンバーグ 千切り大根