



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

## ダブルランチ

和ランチ・洋ランチのおかずが入った  
ボリューム満点ランチです。

800 円

9 / 30 (月) すき焼き 鮭の香草パン粉焼き	10 / 1 (火) サバの塩焼き ヤンニョムチキン	10 / 2 (水) かつ玉 エビチリマヨ	10 / 3 (木) 豚肉ときのこの卵炒め バジルチキン	10 / 4 (金) 鶏肉と茄子の揚げびたし 白身魚のエスカベッシュ	10 / 5 (土) (土曜日)
10 / 7 (月) 照り焼きハンバーグ 鶏肉の甘酢あんかけ	10 / 8 (火) 茄子と豚肉のみそ炒め 白身魚のチリソース	10 / 9 (水) 鮭の炙り焼き ヤンニョムチキン	10 / 10 (木) 豚肉と玉子の炒め物 ひれかつ	10 / 11 (金) 豚とキャベツの味噌炒め チキンバジル南蛮	10 / 12 (土) (土曜日)
10 / 14 (月) (体育の日)	10 / 15 (火) ナスとひき肉の味噌炒め さばのカレー揚げ	10 / 16 (水) おでん 味噌カツ	10 / 17 (木) 鮭の塩焼き 油淋鶏	10 / 18 (金) 厚揚げと豚肉の生姜焼き ハンバーグきのこカレーソース	10 / 19 (土) (土曜日)
10 / 21 (月) 若鶏の天ぷら 鮭のタルタル焼き	10 / 22 (火) さばの味噌煮 酢豚	10 / 23 (水) 野菜の天ぷら 鯖のパン粉焼き	10 / 24 (木) 豚しゃぶ ひれかつ	10 / 25 (金) 和風ハンバーグ 鶏肉と茄子のトマト煮	10 / 26 (土) (土曜日)
10 / 28 (月) さばのみりん漬け 回鍋肉	10 / 29 (火) 親子とじ ロースとんかつ	10 / 30 (水) 鮭のちゃんちゃん焼き カレータルタルの唐揚げ	10 / 31 (木) 牛肉とキャベツの味噌炒め 白身魚の唐揚げバジル風味	11 / 1 (金) カレイの唐揚げ ミンチカツ	11 / 2 (土) (土曜日)