



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

9 / 30 (月) すき焼き コロッケ	10 / 1 (火) サバの塩焼き ジャガイモと豚肉のカレー炒め	10 / 2 (水) かつ玉 金平ごぼう	10 / 3 (木) 豚肉ときのこの卵炒め 竹輪マヨサラダ	10 / 4 (金) 鶏肉と茄子の揚げびたし ポテトサラダ	10 / 5 (土) ハンバーグ・唐揚げ ジャガイモと豚肉のカレー炒め
10 / 7 (月) 照り焼きハンバーグ ぜんまいの旨煮	10 / 8 (火) 茄子と豚肉のみそ炒め 筑前煮	10 / 9 (水) 鮭の炙り焼き 竹輪マヨサラダ	10 / 10 (木) 豚肉と玉子の炒め物 肉じゃが	10 / 11 (金) 豚とキャベツの味噌炒め ポテトサラダ	10 / 12 (土) すき焼き 筑前煮
10 / 14 (月) サバの煮付 コロッケ	10 / 15 (火) ナスとひき肉の味噌炒め コロッケ	10 / 16 (水) おでん ブロッコリーときのこの和風サラダ	10 / 17 (木) 鮭の塩焼き 肉じゃが	10 / 18 (金) 厚揚げと豚肉の生姜焼き ぜんまい旨煮	10 / 19 (土) ブルコギ 炊き合わせ
10 / 21 (月) 若鶏の天ぷら 炊き合わせ	10 / 22 (火) さばの味噌煮 コロッケ	10 / 23 (水) 野菜の天ぷら ブロッコリーときのこの和風サラダ	10 / 24 (木) 豚しゃぶ ジャガイモと豚肉のカレー炒め	10 / 25 (金) 和風ハンバーグ イカフライ	10 / 26 (土) ロースとんかつ 鯖の煮付
10 / 28 (月) さばのみりん漬け 若鶏の唐揚げ	10 / 29 (火) 親子とじ 竹輪とごぼうの炒め煮	10 / 30 (水) 鮭のちゃんちゃん焼き 千切りサラダ	10 / 31 (木) 牛肉とキャベツの味噌炒め ジャガイモフライ	11 / 1 (金) カレーの唐揚げ 野菜炒め	11 / 2 (土) 若鶏の唐揚げ・回鍋肉 サバの塩焼き