



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。

700 円

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