



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

| | | | | | |
|-----------------------------------|--|--|------------------------------------|-------------------------------------|--|
| 1 / 5 (月) サバの塩焼き スパゲティーサラダ | 1 / 6 (火) 茄子と豚肉のみそ炒め 筑前煮 | 1 / 7 (水) 和風きのこあんかけハンバーグ 金平れんこん | 1 / 8 (木) 鮭の南蛮漬け 焼うどん | 1 / 9 (金) 鶏肉と玉子の炒め物 肉じゃが | 1 / 10 (土) 若鶏の唐揚げ・回鍋肉 サバの塩焼き |
| 1 / 12 (月) 鮭の塩焼き ポテトサラダ | 1 / 13 (火) サバの竜田揚げ 金平ごぼう | 1 / 14 (水) 牛肉とキャベツの味噌炒め ジャーマンポテト | 1 / 15 (木) 白身魚の野菜あんかけ ポテトサラダ | 1 / 16 (金) 鮭の塩焼き 野菜炒め | 1 / 17 (土) ブルコギ 炊き合わせ |
| 1 / 19 (月) ナスとひき肉の味噌炒め コロッケ | 1 / 20 (火) おでん ブロッコリーときのこの和風サラダ | 1 / 21 (水) 豚肉と大根の甘辛炒め 千切り大根 | 1 / 22 (木) 若鶏の天ぷら 炊き合わせ | 1 / 23 (金) さばの味噌煮 イタリアンスパゲティ | 1 / 24 (土) ミックスグリル 金平ごぼう |
| 1 / 26 (月) 鶏肉と茄子の南蛮煮 れんこん金平 | 1 / 27 (火) 五目野菜炒め ブロッコリーときのこの和風サラダ | 1 / 28 (水) 和風おろしハンバーグ ジャガイモフライ | 1 / 29 (木) 鮭の南蛮漬け 若鶏の唐揚げ | 1 / 30 (金) カレーの唐揚げ 竹輪とごぼうの炒め煮 | 1 / 31 (土) ナスとひき肉のみそ炒め・アジフライ 金平ごぼう |
| 2 / 2 (月) 鶏肉と大根の旨煮 ひじき | 2 / 3 (火) 鮭のちゃんちゃん焼き 千切りサラダ | 2 / 4 (水) すき焼き コロッケ | 2 / 5 (木) 豚肉ときのこの卵炒め 竹輪マヨサラダ | 2 / 6 (金) おろし焼肉 ポテトサラダ | 2 / 7 (土) (土曜日) |