2025 10月 ふるさとの味

秋の味覚が豊富に楽しめる時期

新米の季節でもあり、炊きたてのごはんに秋刀魚や栗ご飯がぴったりです。また、10月は「食欲の秋」とも言われ、さつまいも、かぼちゃ、きのこなど、栄養豊富な旬の食材が食卓を彩ります。季節行事としては、ハロウィンが近年人気を集めており、かぼちゃを使った料理やお菓子が注目されています。食文化や習慣を楽しむ絶好の機会です。

毎日がお母さんの味、ふるさとの味。
おいしいね、お昼!

プチットメール ダイゴ
有限会社プチットメールダイゴ
〒720-0077 福山市南本庄三丁目4番9号
TEL.084-925-0005
FAX.084-921-7485

◆デリシオ定価550円(税別)

お弁当の数の変更は、当日午前9時までにお願いします。

■材料入手の関係で多少の変更をさせていただく場合もございます。
■容器の回収が翌日になる場合もございますのでご了承ください。
■弁当容器のまま電子レンジにかけないでください。

おいしくお召し上がりいただくために…

●昼食は配達日の午後2時までにお召し上がりください。
●直射日光の当たる場所、極端に温度の高い場所、湿気の多いジメジメした場所に置かないでください。
●陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。
●もし万が一開蓋後、悪臭、異物、異変等見られた場合、即喫食を中止して当社にご連絡ください。

日	月	火	水	木	金	土
			1 鶏のから揚げ スパゲティーサラダ こんにゃくのピリ辛炒め 熱量 781kca / 蛋白質 26.3g / 脂肪 12.6g	**2** ビーフカレーフライ 大根の含め煮 ツナサラダ 熱量 797kca / 蛋白質 23.0g / 脂肪 16.2g	**3** 天ぷら盛り合わせ 筍のおかか煮 小松菜の辛子和え 熱量 825kca / 蛋白質 19.4g / 脂肪 17.9g	**4** お楽しみメニュー
5 お休み	**6** 回鍋肉 揚げギョーザ ほうれん草のごま和え 熱量 793kca / 蛋白質 24.9g / 脂肪 16.9g	**7** 手作り魚のフリッター 蒟蒻のめんたいソテー 酢の物 熱量 787kca / 蛋白質 25.2g / 脂肪 18.7g	**8** エビカツ ジャージャー麺 ひじきのツナサラダ 熱量 757kca / 蛋白質 21.7g / 脂肪 14.6g	**9** かぼちゃコロッケとホッケの塩焼き 茄子のトマト煮 青菜のピーナツ和え 熱量 824kca / 蛋白質 22.9g / 脂肪 17.0g	**10** 豆腐ハンバーグ もやしのナムル 蓮根金平 熱量 768kca / 蛋白質 25.2g / 脂肪 16.4g	**11** お楽しみメニュー
12 お休み	**13** スポーツの日	**14** グラタン風フライ 焼きそば 冬瓜のくず煮 熱量 816kca / 蛋白質 21.7g / 脂肪 20.4g	**15** 豚天ポン酢かけ シーフードスパゲティ ごぼうのしぐれ煮 熱量 810kca / 蛋白質 24.6g / 脂肪 19.2g	**16** 鯵フライと豆腐ステーキ 温野菜サラダ 山菜炒め煮 熱量 843kca / 蛋白質 23.9g / 脂肪 17.0g	**17** チキンステーキ 麻婆豆腐 大根梅風味サラダ 熱量 810kca / 蛋白質 27.3g / 脂肪 15.4g	**18** お楽しみメニュー
19 お休み	**20** 白身魚の天ぷら 高野の含め煮 ビーフンソテー 熱量 822kca / 蛋白質 24.9g / 脂肪 16.1g	**21** ハンバーグ スパゲティサラダ 刻み昆布の煮物 熱量 803kca / 蛋白質 23.6g / 脂肪 17.9g	**22** 鶏の山賊焼き カリフラワークリーム煮 ほうれん草ときのこの和えもの 熱量 792kca / 蛋白質 25.8g / 脂肪 15.3g	**23** ハムカツ 竹輪のきんぴら 柚子なます 熱量 792kca / 蛋白質 21.4g / 脂肪 18.7g	**24** 豚肉の香味パン粉焼き 大根の味噌煮 わかめサラダ 熱量 841kca / 蛋白質 22.1g / 脂肪 15.7g	**25** お楽しみメニュー
26 お休み	**27** クリーミーコロッケ 茄子のトマト煮 コールスローサラダ 熱量 849kca / 蛋白質 24.2g / 脂肪 17.7g	**28** 白身フライ 上海風焼きそば 春菊のごま和え 熱量 825kca / 蛋白質 24.4g / 脂肪 18.5g	**29** さわらの西京焼き 春雨サラダ 蓮根の辛子和え 熱量 812kca / 蛋白質 24.1g / 脂肪 17.8g	**30** 豚肉の生姜焼き 焼うどん ポテトめんたいサラダ 熱量 769kca / 蛋白質 22.3g / 脂肪 17.0g	**31** 油淋鶏 小松菜の甜麺醤炒め マカロニソテー 熱量 843kca / 蛋白質 26.4g / 脂肪 19.7g	

お申し込み用紙 2025 10

■お客様名 ＿＿＿＿＿＿＿＿ 様

■TEL (　　)　　－

●数量の変更は**当日午前9時までに**お願いいたします。
●配送車が出発した後の**数量変更訂正**はお許しください。
(お客様先での変更もご容赦ください。)

1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
個	個	個	個		個	個	個	個	個	個
12(日)	**13(月)**	**14(火)**	**15(水)**	**16(木)**	**17(金)**	**18(土)**	**19(日)**	**20(月)**	**21(火)**	**22(水)**
		個	個	個	個	個		個	個	個
23(木)	**24(金)**	**25(土)**	**26(日)**	**27(月)**	**28(火)**	**29(水)**	**30(木)**	**31(金)**	合計	
個	個	個		個	個	個	個	個	個	