8月

株式会社 エッセン

〒525-0041　滋賀県草津市青地町987-1
TEL : (077) 565-4871 FAX : (077) 565-6441
URL :https://e-essen.co.jp
Email :administrator@e-essen.co.jp

青地営業所　〒525-0041 滋賀県草津市青地町987-1　TEL : (077)567-5536　FAX : 566-2921
矢橋営業所　〒525-0066 草津市矢橋町1835　TEL : (077)565-5975　FAX : 565-1181
水口営業所　〒528-0057 甲賀市水口町北脇1032　TEL : (0748)62-2040　FAX : 62-2356
近江八幡営業所　〒523-0014 近江八幡市西宿町184-1　TEL : (0748)38-5218　FAX : 38-5219
彦根営業所　〒522-0029 彦根市地蔵町87番地1　TEL : (0749)23-9543　FAX : 23-0991
久御山営業所　〒613-0024 久御山町森三丁30-1　TEL : (075)631-1077　FAX : 631-1177
木津営業所　〒619-0214 木津川市木津奈良道18-1　TEL : (0774)73-5198　FAX : 73-5197

こまめに水分をとろう

注文方法はメニュー下記をご覧ください

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
エッセンから お知らせ		夏季休暇 8/15(金)・8/16(土) 皆様にはご不便をお掛けしますが、何卒宜しくお願い致します。	●材料入手の関係でメニューが一部変わることがありますので、その際はご了承ください。●毎日お届けするランチは、食品衛生上、当日の午後1時30分迄にお召し上がりください。●陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。●弁当容器のまま電子レンジにかけないでください。●献立は成人の栄養目標量（エネルギー/380kcal・蛋白質/20g・脂質/25g・塩分3g）を目安に作成しています。●カロリー数は、おかずのみの数値です。ライスは、約400kcalです。●お米は国産米を使用しています。	1日 辛子付トンカツソース 豚カツ 菜の花旬菜煮 スパゲティサラダ おかかご飯 エネルギー 379 / たんぱく質 17.9 / 脂質 18.4	2日 春雨と豚ミンチのプルコギ風 エネルギー 303 / たんぱく質 16.1 / 脂質 16.1
4日 しょうゆ付 アジフライ しゅうまい 明太子マカロニ ごぼうのそぼろ煮 エネルギー 333 / たんぱく質 17.8 / 脂質 16.9	5日 ピリ辛が美味 アラビアータ風 桜えびのクリーミーコロッケ 五目ひじき煮 チンゲン菜ピーナツ和え エネルギー 305 / たんぱく質 17.0 / 脂質 18.0	6日 みぞれあんかけ 揚げ出し豆腐 オクラすり身詰め天 マカロニサラダ 五目切干煮 エネルギー 323 / たんぱく質 17.4 / 脂質 17.1	7日 屋台の定番 焼きそば 竹輪天 高野煮 照焼鶏野菜肉巻 エネルギー 349 / たんぱく質 16.4 / 脂質 16.3	8日 わんぱくランチ エビフライ 白身フライ からあげ エネルギー 361 / たんぱく質 17.2 / 脂質 17.9	9日 メンチカツ 衣サックリ～ エネルギー 385 / たんぱく質 17.1 / 脂質 19.7
11日 山の日	12日 おいしいよ～ 和風チキンカツ カニカマ天 キャベツサラダ わかめ酢の物 エネルギー 312 / たんぱく質 17.4 / 脂質 17.2	13日 たんぱく質を取ろう ホッケ塩焼き かき揚 生姜ごぼう さつま芋サラダ エネルギー 340 / たんぱく質 17.3 / 脂質 17.5	14日 ゴーヤ入り 夏野菜ビーフン カレーコロッケ チリビーンズ なす揚げ浸し エネルギー 322 / たんぱく質 16.4 / 脂質 17.4	15日 16日 エッセン夏季休業	
18日 ソースつけ☆ 野菜イカカツ スパ焼きそば ひじき煮 枝豆とレンコンのペペロンサラダ エネルギー 341 / たんぱく質 17.5 / 脂質 17.9	19日 お肉屋さんの 手作りコロッケ 小判つくね 春雨チャンプル 菜の花からし和え エネルギー 352 / たんぱく質 16.2 / 脂質 16.3	20日 お酢でさっぱり 鶏竜田と夏野菜の黒酢あん 細切昆布煮 コーンサラダ エネルギー 328 / たんぱく質 17.2 / 脂質 14.9	21日 野菜あんかけ たら唐揚げ 焼肉カルビメンチカツ 根菜煮 エネルギー 389 / たんぱく質 16.4 / 脂質 17.6	22日 王道の照焼ソース チーズインハンバーグ 竹輪ピリ辛サラダ 切干大根煮 揚さつまいも エネルギー 373 / たんぱく質 17.3 / 脂質 17.6	23日 ご飯がすすむ♪ 豚すき煮 エネルギー 382 / たんぱく質 18.3 / 脂質 23.6
25日 さっぱり食べよ 蒸し鶏の青じそ和え 野菜コロッケ ピーマンサラダ チーズ入ちくわ磯辺揚げ エネルギー 347 / たんぱく質 16.5 / 脂質 16.5	26日 ミートソースかけ 厚切りハムカツ イタリアンスパゲティ 肉ギョーザ 筑前煮 エネルギー 333 / たんぱく質 17.8 / 脂質 16.0	27日 白ご飯にはコレだ！ さば味噌煮 コーン入りメンチカツ 切干大根プルコギ風 揚焼売ケチャップからめ エネルギー 321 / たんぱく質 17.1 / 脂質 16.4	28日 コチュジャンつけてネ 肉味噌ビビンバ チヂミ 竹の子おかか煮 糸コンパスタ エネルギー 330 / たんぱく質 17.4 / 脂質 16.4	29日 売り切れ御免!! 天ぷら盛り合わせ 照焼チキンボール 高野煮 十六穀米ご飯 エネルギー 355 / たんぱく質 17.8 / 脂質 16.1	30日 中華弁当 エネルギー 321 / たんぱく質 17.1 / 脂質 17.4

エネルギー	たんぱく質	脂質
kcal	g	g

おろしでサッパリ♪
おろしうどん
いなり＆天ぷら付き
6日 (8/1〆切)
7日 (8/4〆切)
21日 (8/18〆切)

※全日13:00〆切です。

しっかり食べて夏バテ予防！
三色丼
鶏そぼろ・錦糸卵・高菜
27日 (8/22〆切)
28日 (8/25〆切)

WEB限定予約ランチ注文スタート!!

「WEB受注システム」を既にご利用中

NO → 事前に「WEB受注システム」のご登録が必要となります。『WEB受注システムのご利用開始のお知らせ』の用紙をお渡しいたしますので、弊社配達員までお申し付けください。

YES → 弊社ホームページのトップページにあるWEB予約ランチよりご予約ください。

登録完了後、弊社よりメールが届きます。
(利用開始日をご確認ください。※即日開始ではございません。)
※全力で頑張りますが、登録までに数日かかる場合がございます。
お早めに配達員に渡されることをお勧めいたします。

メールが届きましたら、利用開始日以降にメール本文に記載されているURLより認証作業を行ってください。
認証後ご利用いただけます。
必ず、認証をしてください。

認証作業終了後、
弊社ホームページのトップページにある
WEB予約ランチよりご予約ください。

WEB限定予約ランチをお楽しみください♪