



株式会社 エssen

〒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
彦根営業所 〒522-0029 彦根市地蔵町87番地1
TEL : (0749)23-9543 FAX : 23-0991
矢橋営業所 〒525-0066 草津市矢橋町1835
TEL : (077)565-5975 FAX : 565-1181 久御山営業所 〒613-0024 久御山町森三丁30-1
TEL : (075)631-1077 FAX : 631-1177
水口営業所 〒528-0057 甲賀市水口町北脇1032
TEL : (0748)62-2040 FAX : 62-2356 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
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



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
●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。 ●隣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。	今月のスペシャル弁当 10/29 (木) うな重 700円 締切 10/22(木) 13:00 ※完全予約制	今日は贅沢に! 揚げ出し豆腐 春兩チャンフル さつま芋サラダ 小判型つくね エネルギー たんぱく質 脂質 354 16.9 21.8	1日 〆そぼろあんかけ 揚げ出し豆腐 春兩チャンフル さつま芋サラダ 小判型つくね エネルギー たんぱく質 脂質 354 16.9 21.8	2日 旨辛だよ～ ヤンニョムチキン 切干大根煮 畑のピーチサラダ なす揚げ浸し エネルギー たんぱく質 脂質 397 16.3 21.9	3日 〆さん入り★ 豚すき煮 エネルギー たんぱく質 脂質 322 16.4 17.2
5日 衣さっくり! アジフライ シューマイ 高野煮 紫芋コロッケ エネルギー たんぱく質 脂質 312 16.1 17.1	6日 CURRY カレーポテトフライ ちらし春雨 豚天甘酢かけ ひじき煮 エネルギー たんぱく質 脂質 304 16.3 17.3	7日 ホワイトソースかけ ミートボール BIG コーンたっぷりフライ 若竹煮 人参中華サラダ エネルギー たんぱく質 脂質 338 16.5 18.2	8日 新登場 野菜肉巻きフライ きのこバターオムレツ ナポリタンスパゲティ 昆布豆煮 エネルギー たんぱく質 脂質 301 16.4 16.5	9日 お待たせしました!! 松茸ごはん 天ぷら盛り合わせ エネルギー たんぱく質 脂質 303 16.7 17.8	10日 紅生姜入りささみフライ エネルギー たんぱく質 脂質 355 16.5 17.4
12日 スポーツの日 エネルギー たんぱく質 脂質 312 16.1 17.1	13日 絶対美味しい 甘酢チキンカツ ポテトサラダ 切干大根煮 茄子田楽 エネルギー たんぱく質 脂質 337 17.3 18.0	14日 具沢山ミートソースをかけた ハムポテトサラダフライ 菜の花旬菜煮 竹の子おかか煮 肉焼売 エネルギー たんぱく質 脂質 376 16.3 16.5	15日 コチュジャンつけてネ 肉味噌ビビンバ かにクリームコロッケ いんげん煮 わかめペペロン和え エネルギー たんぱく質 脂質 324 17.2 16.4	16日 辛子付トンカツソース とか エネルギー たんぱく質 脂質 325 16.3 17.4	17日 白身フライ エネルギー たんぱく質 脂質 331 16.3 17.2
19日 Premium えびカツ マカロニサラダ 切干大根フルコギ風 生姜餃子 エネルギー たんぱく質 脂質 360 16.3 17.0	20日 パリパリッ 中華春巻 インゲンサラダ ごぼうのそぼろ煮 ミニバーガー エネルギー たんぱく質 脂質 317 16.1 17.4	21日 新登場 蒸し鶏のごま醤油パスタ ひじき豆煮 かぼちゃコロッケ カリフラワーおかか和え エネルギー たんぱく質 脂質 334 16.4 17.3	22日 野菜あんかけ 豆腐寄せ天 ベーコンマスタードフライ 根菜煮 ホッケ塩焼き エネルギー たんぱく質 脂質 344 16.4 23.2	23日 野菜おろしソースでどうぞ★ ハンバーグ 五目高野煮 竹輪ピリ辛サラダ かやくご飯 エネルギー たんぱく質 脂質 396 19.0 21.9	24日 八宝菜 エネルギー たんぱく質 脂質 339 16.4 17.3
26日 ジャンボ 中華味 ラビオリ ポークビーンズ たけのこコロッケ 小松菜お浸し エネルギー たんぱく質 脂質 304 16.2 16.1	27日 これぞ関西! お好み焼 昆布煮 かき揚げ 照焼鶏野菜肉巻き エネルギー たんぱく質 脂質 327 16.3 17.4	28日 大女子言平 手巻き 筑前煮 枝豆サラダ たこ焼き エネルギー たんぱく質 脂質 358 16.0 17.5	29日 野菜を食べよう♪ 根菜酢鶏 白身フライ いんげんごま和え がんも煮 エネルギー たんぱく質 脂質 334 16.3 17.2	30日 タルタルソース付 エビフライ ひじき煮 ナポリタンマカロニ かぼちゃサラダ エネルギー たんぱく質 脂質 344 16.2 17.5	31日 バンバンジー 棒棒鶏 エネルギー たんぱく質 脂質 306 16.0 17.0

たっぷりデミグラスソースの
ハンバーグ &
ガーリックライス
7日 (10/26切)



※各々切り日、13:00までです。
(変更も含む)

ボリューム満点!
ビビンバ丼
22日 (10/19切)
～コチュジャン付き～



WEB限定
予約ランチ注文



「WEB受注システム」
を既にご利用中

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。

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。

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!

～先月の答え～

① B まいたけ

舞茸にはタンパク質を分解する酵素が多く含まれており、これが
卵のタンパク質を分解してしまうため、茶碗蒸しがうまく固まらな
くなる原因になります。

② C 里芋

里芋は縄文時代にはすでに伝わっており、お米よりも先に食べら
れていたとされています。