

6月

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

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

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



今月の 予約ランチ

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2日 合鴨と菜の花のペペロンチーノ 合鴨と菜の花のペペロンチーノ ポテトベーコンカツ コボウサラダ エネルギー 372 たんぱく質 16.4 脂質 20.3	3日 チーズと相性良き○チーズインメンチカツ チーズと相性良き○ チーズインメンチカツ イカハンバーグ天 高野煮 茄子田楽 エネルギー 332 たんぱく質 18.1 脂質 19.5	4日 骨を強化しよう! ホッケ塩焼き 骨を強化しよう! ホッケ塩焼き かき揚げ フルーツサラダ 大根煮 エネルギー 305 たんぱく質 17.5 脂質 16.8	5日 トンカツソース付豚串カツ トンカツソース付 豚串カツ スパ焼きそば カレービーンズ わかめナムル エネルギー 309 たんぱく質 16.2 脂質 17.4	6日 먹다 맛있어요 ヤンニョムチキン 먹다 맛있어요 ヤンニョムチキン 柚子胡椒ポテトサラダ チンゲン菜ピーナツ和え エネルギー 379 たんぱく質 16.2 脂質 21.8	7日 豚すき煮 豚すき煮 エネルギー 379 たんぱく質 18.9 脂質 18.9
9日 お肉屋さんの手作りコロッケ お肉屋さんの 手作りコロッケ れんこん金平 ナポリタンマカロニ 白身フライ エネルギー 321 たんぱく質 16.9 脂質 17.1	10日 ドライカレーのせカレースパゲティ ドライカレーのせ カレースパゲティ メンチカツ 根菜煮 パクチョイナムル エネルギー 390 たんぱく質 18.3 脂質 18.5	11日 おいしいよ~ ウィンナーチーズ串フライ おいしいよ~ ウィンナーチーズ串フライ オムレツ 切干大根煮 焼ビーフン エネルギー 309 たんぱく質 17.1 脂質 17.2	12日 しぞでサッパリ 鶏の梅しそ巻 しぞでサッパリ 鶏の梅しそ巻 ちらし春雨 かぼちゃサラダ ウィンナーソースカツ エネルギー 316 たんぱく質 17.4 脂質 17.2	13日 今日は豪華に♪ 洋食弁当 今日は豪華に♪ 洋食弁当 エビフライ 白身フライ 照焼ハンバーグ おかかご飯 エネルギー 327 たんぱく質 17.0 脂質 17.4	14日 酢豚 酢豚 タンツウロ 中国語では エネルギー 321 たんぱく質 16.1 脂質 18.4
16日 ローストンカツ チキンカツ ローストンカツ チキンカツ ポテトマコロッケ 小松菜ごま和え エネルギー 364 たんぱく質 16.7 脂質 17.4	17日 ちょっとピリ辛パイシー フラックカレーコロッケ ちょっとピリ辛パイシー フラックカレーコロッケ 夏野菜焼ビーフン 竹輪ピリ辛サラダ 切干大根煮 エネルギー 344 たんぱく質 16.8 脂質 16.8	18日 しょうゆ付 アジフライ しょうゆ付 アジフライ 米粉メンチ コーンサラダ 筑前煮 エネルギー 318 たんぱく質 17.0 脂質 17.5	19日 タコは入ってないよ タコミートパスタ タコは入ってないよ タコミートパスタ キャベツと合鴨のマリネ風 コーン春巻 かき揚げ エネルギー 349 たんぱく質 17.3 脂質 17.2	20日 トマトソースかけハンバーグ トマトソースかけ ハンバーグ スパゲティサラダ ひじき煮 ちくわ天 エネルギー 329 たんぱく質 17.3 脂質 18.7	21日 焼きそば 焼きそば エネルギー 353 たんぱく質 17.3 脂質 18.0
23日 おろしポン酢でどうぞ! 豆腐とすり身のふわふわ揚げ おろしポン酢でどうぞ! 豆腐とすり身の ふわふわ揚げ 和風スパゲティ エネルギー 352 たんぱく質 17.8 脂質 20.6	24日 ほんのりすだち♡ 塩すだちささみフライ ほんのりすだち♡ 塩すだちささみフライ マス塩焼 昆布煮 糸コンパスタ エネルギー 313 たんぱく質 17.9 脂質 16.4	25日 コチュジャンつけてネ 肉味噌ビビンバ コチュジャンつけてネ 肉味噌ビビンバ 枝豆コロッケ 高野煮 わかめ生姜和え エネルギー 303 たんぱく質 17.9 脂質 16.6	26日 パリパリッ 中華春巻 パリパリッ 中華春巻 春雨チャンプル さば竜田揚げ 人参シリシリ エネルギー 354 たんぱく質 16.8 脂質 17.7	27日 売り切れ御免!! 天ぷら盛り合わせ 売り切れ御免!! 天ぷら盛り合わせ 畑のピーフサラダ 照焼鶏野菜肉巻 十六穀米ご飯 エネルギー 325 たんぱく質 16.0 脂質 17.6	28日 タコキャベツカツ タコキャベツカツ ソースつけたよ~ エネルギー 338 たんぱく質 17.2 脂質 17.3
30日 バンバンジー 棒棒鶏 バンバンジー 棒棒鶏 野菜コロッケ 若竹煮 コーンサラダ エネルギー 328 たんぱく質 17.0 脂質 17.3	<p>●材料入手の関係でメニューの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。</p>				

挑戦者求む!!
爆盛焼きそば
4日 (5/30日切)
5日 (6/2日切)
18日 (6/13日切)



※全日13:00日切です。

ガッツリ行こうぜ!!
鶏唐そばろ丼
11日 (6/6日切)
12日 (6/9日切)
25日 (6/20日切)
26日 (6/23日切)



エッセン〇×問題

①重さがちょうど1gである1円玉。
この1円玉は直系の長さもちょうど1cmである。〇か×か?
②年を取ると1年が早く感じる現象には名前がある。
〇か×か?

答えはホームページにて
トップページの
今月のメニュー
をクリックしてね

梅雨だ... 除湿対策方法をご紹介します!

- ・換気をする
- ・エアコンのドライ機能を使用する
- ・重曹を置く(消臭効果も有!!) etc...

