

(株) 源 長

～厳選した日本各地の美味しいお米と栄養バランスを考えたお弁当～



今年は金リフェスに参加できなくて悔しいのダァー!!!

TEL03-3736-0119/FAX03-3736-0194

【メール注文専用アドレス bento@gencho.tokyo】

【HP <https://www.gencho.tokyo/>】 【Instagram genjirol14】

～ お弁当配達限定 ～

【前日13時まで(土日祝日を除く)のご注文で選択肢が広がるセレクトメニュー♪】

* 源ちゃんの特製メニュー

* 週イチのお楽しみ 源ちゃんの特製弁当

・のり弁 700円 ・カレー 550円

・毎週チラシをお配りしています



令和8年2月

429 kcal/塩分3.5g 9日(月) 柚子胡椒ダシで 下味を付けた... 助宗鰻の柚子胡椒天ぷら 豚肉のどて煮風味噌煮 ○蓮根のきんぴら ○若菜とオクラの和え物 ○きんちもやし	426 kcal/塩分3.4g 16日(月) 春を先取り! オススメ! ピリッと香るオナ味です 菜の花の辛子和えコロケ 大分名物ニラ豚炒め ○ヒアチホ大根の煮物 ○アロニーのおかき和え ○しほりめ
438 kcal/塩分3.4g 10日(火) ハル高原牛乳inグラタンクリーミーコロケ チキンテパッパーオニソース ○大根のコンニャク煮 ○フレンチサラダ ○しそ風味昆布佃煮	427 kcal/塩分3.3g 17日(火) 生姜の風味と 高知県産黄金生姜入りメンチカツ キャベツの旨味 絹厚揚げみぞれあんかけ ○この和風ペンネ ○大根とコンニャクのサラダ ○胡麻昆布佃煮
11日(水) 建国記念の日	427 kcal/塩分3.5g 18日(水) ごはんがススム! 五目野菜春巻き&揚げ肉餃子 人気の中華弁当 鶏のチリソースがけ ○野菜炒め ○春雨とピーマンの中華サラダ ○ザーサイ
422 kcal/塩分3.3g 12日(木) (リクエストも) 頂きまいた☆ 手作りの黒胡椒風味竜田揚げ 葱入り玉子カニあんかけ ○五目ビーフシチュー ○ナムル風サラダ ○穂先メンマチュー油	401 kcal/塩分3.4g 19日(木) 新鮮! 真鯨フライ粒マスタートリソースがけ (ごはんには) 親子丼風煮 ○ふんぎの五目煮 ○ツナマヨキャベツサラダ ○うぐいす豆
426 kcal/塩分3.3g 13日(金) 一日早いバレンタインメニュー♡ 源ちゃんからプチチョコキスゼット デニグラスハンバーグ ベーコンマヨカツ ○ジャーマンポテト ○マカロニサラダ ○アヲチョウケキ	399 kcal/塩分3.3g 20日(金) 豚肉の生姜焼き炒め&グリルハムステーキ 竹輪と野菜のかき揚げ ○こんにゃくの味噌炒め ○キャベツの昆布和え ○胡麻高菜

万が一、開蓋後に異臭、異物、異変が見られた際は、即喫食を中止して頂き、お手数ですが弊社までご連絡をお願い致します。
エネルギー表示は目安となります。ライスは1食あたり312kcalです。仕入れの状況により内容が急遽変更となる場合がございますのでご了承ください。