

2025年(令和7年)

10月 October

●お申し込み・お問い合わせは



株式会社 ポパイ

〒176-0012 東京都練馬区豊玉北3-15-3

☎ 3993-3414 FAX 5999-6318

※数量等の変更は当日の、AM9:30まで
をお願いします。



月

火

水

木

金

お願い

- 材料入手の関係でメニューが一部変わることがございますので、その際はご了承ください。
- 表示されているのはおかずのカロリーです。ご飯についてはお問い合わせください。
- お届けするお弁当容器は、写真と異なる場合がございますのでご了承ください。
- 地域によってはお届けできない場合がございますのでご了承ください。
- 食中毒防止の為、当日の午後1時までにお召し上がりください。
- できるだけ風通しの良い、涼しい場所での保管してください。

おまかせメニューの日

4日± 11日±
18日± 25日±

お休み

13日(月)
スポーツの日

1 411kcal



- ふんわり豆腐の酢豚あん
- 海鮮焼売
- ◆ 豚肉と蒟蒻の炒め煮
- +1品 塩茹でじゃが芋

2 389kcal



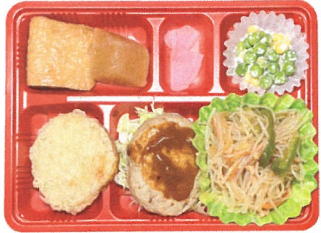
- ダブル海老フライ
- ◆ 自家製ハムマカロニサラダ
- +1品 オムレツ

3 422kcal



- 照りタレのつくね揚げ
- 筑前煮
- ◆ ジャーマンポテト
- +1品 イカ寄せフライ

6 403kcal



- デミソースハンバーグ
- チャプチェ
- ◆ 大根煮
- +1品 うずら串フライ

7 483kcal



- 甘酢チキン
- 八宝菜
- ◆ 厚揚げと蒟蒻の味噌がけ
- +1品 ポテトサラダ

8 309kcal



- 海老野菜かき揚げ
- 肉じゃが
- ◆ さば塩焼
- +1品 厚焼玉子

9 438kcal



- 野菜コロッケ
- ウィンナー
- ◆ カレー
- +1品 れんこん金平

10 353kcal



- 豚肉のすき焼煮
- すり身豆腐の塩胡椒焼き
- ◆ 揚げ餃子
- +1品 海老フライ

13

スポーツの日

14 404kcal



- チキンカツ煮
- さば塩焼
- ◆ 茄子油味噌
- +1品 ミートボール

15 399kcal



- ハンバーグほん酢ソース
- あじフライ
- ◆ チリコンカン
- +1品 ごぼうサラダ

16 436kcal



- ヤンニョムチキン
- オムレツ
- ◆ 南瓜シチュー
- +1品 メンマ

17 338kcal



- カニクリームフライ
- 麻婆厚揚げ
- ◆ 五目切干大根煮
- +1品 ほっけ塩焼

20 373kcal



- 天ぷら(ふんわり豆腐/蓮根)
- 肉団子とウィンナー
- ◆ チリコンカン
- +1品 磯のり

21 319kcal



- グリルチキン酢豚あん
- 野菜コロッケ
- ◆ 温野菜
- +1品 目玉焼きフライ

22 457kcal



- 白身フライ & ハンバーグ
- ナポリタン
- ◆ カレー
- +1品 ポテトバーグ

23 292kcal



- 筑前煮
- ほっけ塩焼
- ◆ 竹輪の天ぷら
- +1品 中華サラダ

24 430kcal



- 海老カツ
- チキンステーキトマトソース
- ◆ 自家製ハムマカロニサラダ
- +1品 かぼちゃ煮

27 406kcal



- 豚肉と茄子の味噌
- 揚げ餃子
- ◆ 温野菜
- +1品 厚揚げ

28 383kcal



- 唐揚げ
- ハム春雨野菜炒め
- ◆ 煮物
- +1品 つくね焼

29 478kcal



- ハンバーグテリマヨソース
- 麻婆豆腐
- ◆ ハムとマカロニのカレー炒め
- +1品 八ヶ岳牛乳クリーミー海老フライ

30 326kcal



- メンチカツ
- 八宝菜
- ◆ 大豆とひじき煮
- +1品 春巻

31 301kcal



- ポークシチュー
- 焼売
- ◆ オムレツ天
- +1品 ハムステーキ