



2022年10月

今月の一押しメニュー

クラッシュ編



7

金

秋の行楽弁当をイメージ



「さけおにぎり & ミニたまごサンド」
クラッシュでピクニック気分♪



おにぎりのおかずはやっぱり「鶏の唐揚」
ポテトフライとたこウィンナーもついています！

25

火

沖縄のソウルフード「タコライス」

スパイシーな味わいが人気です



クリームコーンの甘みがやさしい「コーンクリームシチュー」
マカロニ入りのほっこりシチューです

平均500kcalヘルシーだけど大満足！

是非食べてみてください！

