

2026年(令和8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
にお願いします。



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、涼しい場所で保管してください。

おまかせメニューの日

3日^土 10日^土
17日^土 24日^土
31日^土

お休み

12日^月
スポーツの日



1 393kcal



- ハヤシシチュー
- 海老カツ
- ◆春雨ツナマヨサラダ
- +1品 大焼売

2 403kcal



- ハンバーグ
- 麻婆厚揚げ
- ◆竹輪磯辺揚げ
- +1品 とろり目玉風オムレツ

5 409kcal



- 豚生姜焼
- 焼売天ぷら
- ◆マカロニ醤油炒め
- +1品 いんげん胡麻和え

6 358kcal



- 八宝菜トマト味
- 蓮根つくね味噌焼
- ◆イカ寄せフライ
- +1品 磯のり

7 301kcal



- 肉じゃが
- 豚玉ねぎ串カツ
- ◆魚塩焼
- +1品 ポークウインナー

8 351kcal



- カニクリームフライ
- 茄子カレー
- ◆オムレツ
- +1品 チキンステーキ

9 365kcal



- アジフライ
- 焼厚揚げ野菜あん
- ◆五目切干大根煮
- +1品 甘酢肉団子

12

スポーツの日

13 434kcal



- グリルチキン照焼
- チリコンカン
- ◆自家製ハムマカロニサラダ
- +1品 うずら串フライ

14 317kcal



- ヒレカツ
- 麻婆茄子
- ◆大豆とひじき煮
- +1品 餃子ヤンニョムたれ

15 290kcal



- 鶏肉と蒟蒻のすき焼煮
- 肉大焼売
- ◆春雨野菜炒め
- +1品 なめ茸

16 319kcal



- ジューシメンチ
- 筑前煮
- ◆オムレツ野菜あん
- +1品 魚塩焼

19 342kcal



- 豚生姜焼
- 白身フライ
- ◆五目細切昆布煮
- +1品 メンマ

20 389kcal



- ハンバーグ
- カレー
- ◆ささみフライ
- +1品 とろり目玉風オムレツ

21 258kcal



- 天ぷら(ふんわり豆腐/蓮根)
- ふろふき大根
- ◆魚塩焼
- +1品 つくね串

22 371kcal



- チキンステーキ
- 八宝菜
- ◆オムレツ天
- +1品 春巻き

23 345kcal



- 麻婆豆腐
- 揚げ海鮮焼売
- ◆鉄板焼餃子
- +1品 かぼちゃコロッケ

26 351kcal



- 豚肉と蒟蒻のすき焼煮
- すり身豆腐焼
- ◆竹輪天
- +1品 目玉焼フライ

27 277kcal



- グリルチキン生姜醤油焼
- クリームシチュー
- ◆白身フライ
- +1品 赤ウインナー

28 442kcal



- ミートボール酢豚あん
- 豚玉ねぎ串カツ
- ◆自家製カレーマカロニサラダ
- +1品 海鮮焼売

29 283kcal



- 鶏じゃが
- 天ぷら(生姜天/蓮根)
- ◆魚塩焼
- +1品 わさび漬

30 355kcal



- ジューシメンチ
- 厚揚げ甘味噌たれ
- ◆茄子そぼろあん
- +1品 ひじき煮