

11月 オリジナル (十二穀米) **¥600**

メトロ食堂
050-8884-9006

平日受付
9時20分まで

ご飯大盛: **¥50** 特盛: **¥100**

※日替弁当は炊飯状況により白米提供の場合がございます。
※写真はイメージです ※仕入れ状況により内容が変わることがございます。

月【旨飯デイ】		火	水	木【特別デイ】		金			
11月1日(土)・2日(日) バンバ通り・宮の市 (商業祭) イベント参加！遊びにきてね♪			障害福祉サービス 就労継続支援A型事業所 メトラボ 利用者様 募集中♪		1食分お得に食べられる 食事券4種好評発売中！		UberEats Takeout ご注文はこちら ⇒⇒⇒ 		
3		4 玉子チャーハン		5		6 抹茶こんにやく餅		7 厳選産地の黒毛和牛	
 祝日		 さっぱり肉厚の イワシ梅しそフライ 旬野菜入り 自家製餡のつくね		 蟹とベシャメルの クリーミーフライ 炭火焼チキンステーキ 玉ねぎソース仕立て		 豚肉の 本格中華あんかけ 8品目の具材 たっぷり春巻き		 ハンバーグ さっぱりおろしソース 贅沢！黒毛和牛メンチ 粒マスタードソース	
10 きのご炊込みご飯		11		12		13 マンゴーロールケーキ		14	
 豚肉の濃厚 トマトソース煮込み サクサクジューシー 甘辛すぎ焼風コロッケ		 ゴロっと食感の たっぷりイカメンチ 彩り鮮やか 鶏肉の甘辛八幡巻き		 柔らかく鶏むね肉の やみつき甘酢煮 柔らかしっとり ヒレカツ自家製ソース		 から揚げ 油淋鶏 さっぱり香味だれ ピリ辛！豚肉と玉ねぎ コチュジャン炒め		 ハンバーグ ガーリックソース 若鶏の海苔巻き 美味しい醤油揚げ	
17 鮭ちらしご飯		18		19		20 小倉餡たっぷりたい焼き		21	
 旨味たっぷり 牛すき煮 ジューシーチキンカツ 和風おろしソース		 とろ〜りとろける チーズinメンチカツ 秋のかぼちゃ入り しゅうまい		 鶏肉のkok旨 デミグラス煮込み 豚肉と玉ねぎの 胡麻醤油メンチ		 ご飯が進む！ふわふわ 玉子入り豚キムチ さくさく白身魚フライ ハニーマスタード		 ハンバーグ 和風あんかけソース 特製タレに漬込んだ カレイから揚げ	
24		25 コーンピラフ		26		27 クリームロールケーキ		28 八甲田山と陸奥湾の恵み	
 祝日		 まろやかな味わい 秋のさつまいもカレー 北海道産3種の チーズ入りコロッケ		 人気の目玉焼き風 とろ〜りオムレツ グリルチキンの さっぱりカチャトラ風		 食感と香りが決めて 国産鶏とゴボウのカツ さっぱり！豚肉の ポン酢生姜炒め		 ハンバーグ 本格デミグラスソース 青森県産陸奥湾産 ホタテフライ	

定番メニュー

土日祝は、ご予約でおまかせ弁当 550〜お作りします

焼鮭幕の内 ¥600		洋風ハンバーグ ¥550		牛サイコロステーキ ¥550		イワシ梅肉フライ ¥550		ビックアジフライ ¥600	
おまかせ6マス ¥500		麻婆丼 ¥600 麻婆まぜそば ¥600		ビーフ ガーリックライス ¥700		からあげ弁当 ¥600 味変各¥650 チキン南蛮 和風おろし・油淋鶏 ハニーマスタード		スパイスカレー ¥550 国産牛すじカレー ¥700	
ハンバーグカレー ¥700		ミートパスタ ペペロンチーノ 和風きのこ カニトマトクリーム 各¥500		かつ丼 〜卵とじ〜 ¥700		丼メニュー 各¥600 牛カルビ丼・牛丼 豚生姜焼き丼・中華丼 豚キムチ丼 豚塩カルビ丼		から揚げバック ¥350 焼きそばバック ¥400 ※単品の配達不可	

おまかせ

お早めのご予約にご協力ください

	味わい ハンバーグ御膳 ¥1200		味わい 焼鮭御膳 ¥1200		厳選特上弁当7種 詳しくはHP 鰻重 ¥2200		お茶パック ¥150 お茶ペットボトル ¥200		おまかせ弁当 部活・会議・行事等 ご予算・ご予算で お作りできます
---	--	---	---	--	---	---	---	---	--