

2026年 1月

## 献立予定表

●ご注文は毎朝9時30分までにお願いします。



シントミース株式会社  
東京都立川市一番町4丁目36番地の7  
〒190-0033  
TEL 042-531-0025  
FAX 042-531-0098

※喫食は喫食時間内（午後二時頃）にお願いします。以降の時間経過後の喫食はご遠慮下さい。  
店舗営業時間内（午後二時頃）にお願いしますが、万一異常を感じた時は  
さるようご協力お願い致します。

★★今月の冷やし麺★★			★★今月の透きわり丼★★			★★今月の鍋焼き★★			1/1(木)	1/2(金)	1/3(土)	
月曜日	雑穀弁当 (うどん・そば)		2週目 天丼			月曜日 麺油ちゃんこ鍋うどん			冬季休業	冬季休業	冬季休業	
火曜日	おにぎり弁当 (うどん・そば)		3週目 伝統焼そば			火曜日 ワンタン麺 (中華風)						
水曜日	てんぷら弁当 (うどん・そば)		4週目 沖縄そば			水曜日 カレーランチ						
木曜日	とうろく屋弁当 (うどん・そば)		5週目 目玉焼きカレーカツ丼			木曜日 麺油うどん (ミニ五目丼味付)						
金曜日	丼まなべかめ弁当 (うどん・そば)		金曜日 天ぷらうどん			金曜日 天ぷらうどん						
1/5(月)			1/6(火)			1/7(水)			1/8(木)			
上弁 864	ピックルカツ あうれん草ベロンドー／ がんもとオクラの煮物 菜の花ともやしの酢味噌あえ 花さつま	上弁 838	三層のチーズ入りフライ 麻婆豆腐	上弁 857	豚肉の生姜焼き 肉じゃがコロッケ	上弁 927	ポークカレー 鶏の唐揚げ	上弁 830	チキンカツ 白身魚	上弁 817	チキンオロース 中華春巻	
特弁 894	千草焼き	特弁 859	刻み昆布と大豆の煮付 小松菜のおかか和え 厚焼玉子	特弁 980	大根と昆布の生姜煮 野菜つくね	特弁 954	いんげんとコンバタソテー シーサーサラダ 大根と昆布の生姜煮 イカフライ	特弁 865	ジャーマンポテト ネギ塩もやし お魚ステーキ	特弁 885	いんげんとエリンギソテー カニ入りシューマイ ピリ辛メンマ ミニハンバーグ	
1/12(月)			1/13(火)			1/14(水)			1/15(木)			
成人の日			上弁 810	エビフライ&白身フライ パジルスパゲティ	上弁 763	海鮮ビーフソテー ハム入りソースカツ	上弁 724	八宝菜 牛丼コロッケ	上弁 876	チーズインハンバーグ 玉子木くらげ炒め	上弁 754	スタミナ焼肉 タコキチャバカラカツ
			特弁 834	切干大根煮 ボテサラダ さつま揚げの利久焼き もやしのキムチ炒め	特弁 845	こんにゃく椎茸の煮物 三色ナムル ミニフルーツゼリー ブチハンバーグ	特弁 765	五目ひじき煮 プロッコリーオーロラソース 紅白なます ハムステーキ	特弁 922	チキンソテー 青のリフライドポテト	特弁 874	チキンソテー 春雨中華炒め わかめと白滝の和え物 タレ付き肉団子 蓮根つくね
kcal			1/19(月)			1/20(火)			1/21(水)			
上弁 754	麻婆豆腐 アジフライ プロッコリーと春雨オイスター炒め キャベツと紅生姜の和え物 シューマイ	上弁 867	Bジュー・メンチカツ スパナボリターン	上弁 766	えびカツ 鶏唐揚げ	上弁 819	チキンステーキ 肉ニラもやし炒め	上弁 787	豚丼 ハムマヨサラダフライ	上弁 787	豚キムチ炒め 帆立貝柱フライ	
特弁 843	笹かまのマヨ醤油焼き	特弁 911	五目きんぴら こんにゃくサラダ 粉ふき芋たらこ和え	特弁 809	高菜切干大根炒め	特弁 865	あさりと野菜のスープ煮 マカロニサラダ かみなりこんにゃく	特弁 843	ザーサイもやし炒め チングン菜と竹輪ポン酢和え 厚焼玉子 ペペロンマカロニ	特弁 838	厚揚げと人参の煮物 ツナサラダ うぐいす豆 ラビオリ	
1/26(月)			1/27(火)			1/28(水)			1/29(木)			
上弁 760	肉じゃが サックリメンチ ビーフンウインナーそー	上弁 1089	天ぷら三種盛り 豚バラキャベツ塩だれ炒め	上弁 820	鶏島ねぎ炒め 白身フライタルタル添え	上弁 793	ハンバーグ/ヤシソース 豚肉とこんにゃく炒め オクラの紅生姜和え	上弁 709	豚丼 カレーコロッケ	上弁 747	高のりチキンカツ 肉野菜炒め	
特弁 792	こんにゃく田楽	特弁 1120	五目煮豆 春雨たらこ和え 紅白花形さつま	特弁 896	コボウとヒキサラダ 挽肉味噌もやし炒め ごま高菜 ミートボール	特弁 845	抹茶わらび餅 三角春巻き	特弁 765	蓮根きんぴら かぼちゃサラダ ほうれん草ナムル 好み焼	特弁 859	ピリ辛コンニャク おまかせ佃煮 チヂミ	
kcal			1/30(金)			1/31(土)						
・上弁 550円			→ おかず 400円			・ライス 270円			冷やし麺弁当 (月~金) (予約制) 600円			
・特弁 600円			→ おかず 450円			・ライス (大) (月~金) 300円			サンドイッチ弁当 (水) (予約制) 550円			
						・雑穀米 (予約制) (月~金) 270円			(14日・28日クロワッサンサンド・7日・21日カツサンド)			
・食パン230円 (税込) ぶどうパン・マーブルフレッド・ロイヤルフレッド各300円 (税込) クロワッサン500円 (税込)						※クロワッサンサンドの具材がツナからたまごにかわります			・お好み焼 (月~金) (予約制) 600円			
・食パン230円 (税込) ぶどうパン・マーブルフレッド・ロイヤルフレッド各300円 (税込) クロワッサン500円 (税込)												
・おかず生姜 1kg 税込み1350円 現金のみ取扱いになります。												

- 特殊類・雑穀米のご注文は、火～金曜日分の前日の17時まで、月曜日分は土曜日12時までにお願いします。  
前日が祝日の場合、祝前日の営業日までにお願い致します。
- 透きわり丼・雑穀米は、大盛はございませんのでご了承下さい。宜しくお願ひ致します。
- 土曜日の弁当は全てパック弁当の対応になります。(回収作業は対応致しませんのでご了承下さい。)  
なお、ライスは普通のみで大盛及び雑穀米の対応はございません。

特種類	冷やし麺弁当 (月~金) (予約制) 600円
	サンドイッチ弁当 (水) (予約制) 550円
	(14日・28日クロワッサンサンド・7日・21日カツサンド)
	※クロワッサンサンドの具材がツナからたまごにかわります
	透きわり丼 (月~金) (予約制) 600円

