よかとこ見つけたばい通信

＜第13号＞ 発行：諫早市東部地域包括支援センター（0957-32-6556）伊東

高来地域　小船津

お弁当販売
配食サービス

令和5年1月に高来地域小船津に
「一般社団法人　大吉」ができました！
障害をもたれている方の就労支援事業所です。
お弁当のサイズも「Ｓサイズ、並、中盛り、大盛り、特盛り、おかずのみ」等選べます！日替わりメニューもあります！
注文、配達は様々な形で対応しておられます。
お一人暮らしの方、高齢夫婦の方、それ以外（官公庁、スポーツイベント等の団体）からの予約も可能！！

- TEL：0957-51-6155
- FAX:0957-51-4098
- 店休日：日曜日、年末年始
- 注文：当日分、毎朝10:00まで注文可能！！
- 時間：8:30～18:00
- 配達は諫早市内迄しておりますが、都度ご相談下さい。（日曜日の注文は事前予約が必要です）

メニュー表

～大吉のお弁当～　一般社団法人大吉　Tel：0957-51-6155 Fax：0957-51-4098

※日祝日：日曜日、年末年始　※日曜日の注文は事前予約が必要です。

☆お弁当サイズのご説明☆

サイズ	容量	ごはん量	サイズ	容量	ごはん量
並サイズ	400円(税抜)前後	200g	中盛り	プラス高い	％％％g
Sサイズ	350円	150g	大盛り	500円プラス	300g
おかずのみ	300円	ごはん無し	特盛り	100円プラス	400g

※全て税込み価格となります。　※ごはん中盛りは、是の値段そのままです。

☆税込み・350円弁当☆

のり弁	高菜弁当	3色そぼろ弁	和歌山風弁	

☆税込み・400円弁当☆

大吉のり弁	アジフライ ソース焼 アジフライ	柳子弁	肉野菜炒め	ロースカツ ソース焼 ロースカツ	海苔弁
サバ味噌煮	タルタルソース 白身フライ	ハンバーグ	スタミナ	梅干弁 ロースカツ	南部鶏ぼげ弁当
サバ塩焼き	タルタルソース 白身フライ	豆腐ハンバーグ	生姜焼き	オーロラソース ロースカツ	南部り鶏き
海サバの竜田揚げ	白身フライ	ハンバーグ	豆腐角	ロースカツ	南蛮コショウ
きのこあんかけ イワシ焼き	チーズタルタル 白身フライ	きのこあんかけ 赤牛弁	プルコギ (豚肉)	ザ！グラスソース ロースカツ 南蛮	チキン南蛮
ホルモカツ	きのこあんかけ サラダチキン				南蛮ばげ (ノーマル)
	メンチカツ		牛肉		

☆450円メニュー（税込み）☆

ロースかつ弁	牛焼肉	オムライス	鮭弁当	チーズ ハンバーグ	ガリバエビ あんかけチャーハン

☆550円メニュー（税込み）☆

ビビンバ	ロースカツ 3じ弁当				

☆日替わりメニュー（税込み）☆

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
高菜チャーハン 450円	ロコモコ 450円	ホワヨー 450円	チャンポンカレー 450円	南蛮ばげカレー 450円	スパゲッテ 450円
ガーリックライス 450円	オムソバ 450円	カレーライス 380円	カレーライス 380円	トルコライス 550円	エビフライ 白身フライ
				カレーライス 380円	

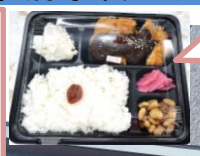
☆サイドメニュー☆

・ポテト50円　・お茶100円　・白ごはんのみ100円（200g）
・唐揚げ各50円（サカメ・アオサ・シジミ・アサリ）

～新規限定～

おろしポキソ電話・400円（12月～3月）	サラダ巻ロル・350円（6月～9月）	豚しゃぶ・400円（6月～9月）

ココです。



安くて
メニュー豊富♪

毎朝7:30から作られています。
置き配も相談可能！
（発泡スチロール、保冷剤などで対応可能。ご相談を！！）

東部地域包括支援センターでは、長田地域・高来地域・小長井地域にある、まだ知られていない「集いの場やこういう活動してるよ」という情報、ニュースを随時募集しています！！
「地域のよかとこ」をご存じの方は、是非、伊東におしえてください!(^^)!

この通信は、生活支援コーディネーターが、地域で住民等が創意、工夫しながら行われている地域活動や生活支援をお伝えするために発行しています。