

# ☆ ランチお弁当メニュー ☆



(株)祝一

TEL 03-5879-3592 / 3593

FAX 03-5662-1912 / 1913

12月 5月	<b>国産キャベツメンチ</b> ウイナーバジル	懐かしナポリタンスパ コンニャクサラダ おかか和え
	462 kcal 塩分 4.1g	
6 火	<b>豚ロース串フライ</b> さば山椒焼	ハッシュドポーク 花野菜サラダ わさび和え
	497 kcal 塩分 3.8g	
7 水	<b>あじフィルフライ</b> ミートオムレツ	大根の肉味噌かけ 中華サラダ おくら和え物
	380 kcal 塩分 4g	
8 木	<b>いか天ぷら</b> ホッケ塩焼	山菜ごはん 厚焼卵 豚肉生姜炒め
	616 kcal 塩分 4.1g	
9 金	<b>イタリアンハンバーグ</b> 春巻	チキンサラダ ゴマ酢和え 漬物
	531 kcal 塩分 5.4g	
10 土	お・ま・か・せ・メニュー	

12 月	<b>牛すじコロッケ</b> 焼売	ジャージャー厚揚げ 里芋サラダ こんにゃくピリ辛煮
	552 kcal 塩分 3.6g	
13 火	<b>チーズ入りチキンカツ</b> 赤魚の塩麴焼	キーマカレー 春雨サラダ おろし和え
	552 kcal 塩分 3.6g	
14 水	<b>えびかつ</b> 豚肉 カレーケチャップ焼	筑前煮風 めかぶ 中華蒸し鶏
	546 kcal 塩分 3.4g	
15 木	<b>ひれかつ</b> 中華風かにたま	ベーコンポテトバーグ 大根サラダ コーンソテー
	530 kcal 塩分 4.1g	
16 金	<b>白身フライ</b> 鶏スパイシー焼	ロールキャベツクリーム煮 ボンゴレビーフン わさび和え
	404 kcal 塩分 2.5g	
17 土	お・ま・か・せ・メニュー	

※表示の栄養価には、ライス分は含まれておりません。ライスの栄養価は普通ライスは熱量414kcal、半ライスは302kcalです。国産米を使用しております。仕入れの都合により、一部変更になる事がありますので予めご了承下さい。



★ おすすめメニュー ★  
12月 9日(金) イタリアンハンバーグ

★ おすすめメニュー ★  
12月 15日(木) ひれかつ

いつもご利用ありがとうございます。