

☆ ランチお弁当メニュー ☆



(株)祝一

TEL 03-5879-3592 / 3593

FAX 03-5662-1912 / 1913

3月 14 月	クリームコロッケ	煮物盛り合わせ マカロニサラダ 小松菜卵炒め
	魚ゴマ味噌焼き 395 kcal 塩分 4.1g	
15 火	白身魚フリッター	チキントマト煮 なす味噌 にんじん炒め
	豆腐バーグ きのこソース 405 kcal 塩分 4.1g	
16 水	鶏塩唐揚甘辛ソース	チンジャオロース ひじきの五目炒り煮 わかめ生姜和え
	ミートオムレツ 409 kcal 塩分 3.1g	
17 木	ハンバーグ デミソース	親子煮 春雨サラダ チンゲン菜炒め
	春巻 380 kcal 塩分 3.9g	
18 金	豚キムチ炒め	野菜のペペロンチーノ
	マヨ玉サラダロール 499 kcal 塩分 3.5g	パスタサラダ 菜の花きのこ炒め
19 土	お・ま・か・せ・メニュー	

21 月	<h2>春分の日</h2>	
22 火	かれい甘酢あん	ビーフカレー 海藻サラダ いんげん炒め
	鶏肉南部揚げ 414 kcal 塩分 4.1g	
23 水	コロッケ	わかめご飯
	魚の七味焼 487 kcal 塩分 3.9g	ツナチャンプルー チキンサラダ 餅巾着煮
24 木	鶏肉サムジャン焼き	麻婆春雨 玉子豆腐 ピリ辛竹輪炒め
	鰯唐揚 わさびおろしソース 365 kcal 塩分 3.9g	
25 金	味噌つくね	海鮮ビーフン炒め
	エビカツ 363 kcal 塩分 3.1g	魚肉ハムサラダ 小松菜ゴマ和え
26 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 ★
3月
 17日(木) **ハンバーグデミソース**

★ おすすめメニュー ★
3月
 23日(水) **わかめごはん**

いつもご利用ありがとうございます。