

☆ ランチお弁当メニュー ☆

(株)祝一 TEL 03-5879-3592 / 3593
FAX 03-5662-1912 / 1913

4月 11月	キャベツメンチ 鮭塩焼き 479 kcal 塩分 2.3g	八宝菜 切干大根のナムル さつま揚げ煮	
12月 火	クラッシュハムカツ チーズオムレツ 415 kcal 塩分 3.3g	鶏肉のカチャトラ風煮 明太スパサラダ ほうれん草胡麻和え	
13日 水	鶏肉利休焼き ホタテ風味フライ 488 kcal 塩分 4.1g	牛肉しぐれ煮 刻み昆布サラダ風 たけのこ味噌煮	
14日 木	魚の照り焼き 肉団子 354 kcal 塩分 2.9g	アサリ大根 エビとブロッコリーの中華炒め アスパラベーコンソテー	
15日 金	ヒレカツ 豆腐バーグ 葱塩だれ 414 kcal 塩分 2.9g	スパゲティミートソース マロニーサラダ	
16日 土	お・ま・か・せ・メニュー		

18日 月	ハムカツ メバル甘辛焼き 471 kcal 塩分 4.2g	ロールキャベツトマト煮 ボンゴレビーフン 菜の花胡麻みそ和え	4月18日  よい歯の日
19日 火	鶏竜田揚げ オムレツ 505 kcal 塩分 4g	ポークカレー シルバーサラダ ペペロンブロッコリー	
20日 水	豚天 ほっけ塩焼き 475 kcal 塩分 4.5g	麻婆茄子 チキンサラダ 小松菜おろし和え	
21日 木	とんかつ煮 さば照焼 490 kcal 塩分 3g	海藻サラダ わかめ酢味噌和え 五目卵の花	
22日 金	ハンバーグ トマトソース サクサクエビはんぺん 405 kcal 塩分 4.7g	イカ大根 中華サラダ ピリ辛こんにゃく	
23日 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 ★
4月 13日(水) 鶏肉利休焼き

★ おすすめメニュー ★
4月 21日(木) とんかつ煮

