

☆ ランチお弁当メニュー ☆

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

7月 18 月		
19 火	うす衣ハムカツ 赤魚甘辛焼き 440 kcal 塩分 4g	ハッシュドビーフ マカロニサラダ キムチモヤシ
20 水	魚の塩唐揚 豚肉生姜焼き 400 kcal 塩分 2.3g	じゃがコンソメ煮 ゴボウサラダ わかめ酢の物
21 木	ヒレカツ煮 魚の山椒焼 459 kcal 塩分 5.5g	大根と海藻のサラダ 高菜竹輪 佃煮
22 金	ささみかつ 鮭塩焼 426 kcal 塩分 2.9g	あさり時雨煮 五目麻婆マローネ 法蓮草辛し和え
23 土	お・ま・か・せ・メニュー	

25 月	メンチカツ 鶏肉レモンペッパー焼 536 kcal 塩分 2.8g	水餃子香味ソース 海鮮ビーフン炒め ゴマ味噌和え
26 火	玉子サラダフライ 魚香味焼き 538 kcal 塩分 4.2g	チキンカレー 春雨サラダ たけのこ土佐煮
27 水	白身魚のスパイス揚げ ハンバーグBBQソース 414 kcal 塩分 4g	煮物三品 ゴマ味噌金平
28 木	鶏肉ネギ味噌がけ ごちそうたらカツ 449 kcal 塩分 2.5g	夏野菜のラトウイユ オクラ和風サラダ ゴマ酢和え
29 金	カニコロッケ あじクリームニエル 469 kcal 塩分 2.5g	チンジャオロース ハムサラダ ピーナッツ和え
30 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 ★
7月 21日(木) **ヒレカツ煮**

★ おすすめメニュー ★
7月 29日(金) **あじクリームニエル**

