

☆ ランチお弁当メニュー ☆

10月

(株)祝一

TEL 03-5879-3592 / 3593

FAX 03-5662-1912 / 1913

9月 26 月	肉じゃがコロッケ 魚西京焼き 423 kcal 塩分 2.9g	チャプチェ なす南蛮漬け わさび和え 
27 火	アジフライ ハムステーキ 398 kcal 塩分 2.7g	冷製豚しゃぶ風 海鮮ビーフン炒め ゴマ和え
28 水	はも天ぷら 梅ソース 豚肉ゴマ味噌焼き 407 kcal 塩分 4.8g	カリブロサラダ 野菜トマト煮 刻み昆布酢の物
29 木	ヒレカツ煮 ボンゴレビアンコ 448 kcal 塩分 3.5g	インディアンサラダ 竹輪オイスター炒め 
30 金	チキンカツ イカステーキ 342 kcal 塩分 2.8g	焼きそば 中華サラダ アスパラバター風味
1 土	お・ま・か・せ・メニュー	

3 月	クリーミーコロッケ ます塩焼 424 kcal 塩分 4.5g	チゲ豆腐 茄子生姜煮 香味和え
4 火	鶏天甘辛ソース 肉団子 496 kcal 塩分 2.6g	マカロニサラダ ベジダブルソー レンコン金平 
5 水	クラッシュハムカツ チキンステーキ 407 kcal 塩分 3.3g	大根肉味噌 エビカリブロサラダ わさび和え
6 木	目玉焼きフライ 魚甘辛焼き 534 kcal 塩分 3.4g	麻婆厚揚げ イカとヒジキのマリネ 明太スパサラダ
7 金	イカフライ 豚肉おろしポン酢 403 kcal 塩分 4.3g	鶏しぐれ煮 シルバーサラダ ツナチャンプルー 
8 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 ★
9月 28日(水) はも天ぷら

★ おすすめメニュー ★
10月 7日(金) 豚肉おろしポン酢

いつもご利用ありがとうございます。
