

☆ ランチお弁当メニュー ☆

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

2月 27月	照焼ハンバーグ レンコン 肉詰めフライ 423 kcal 塩分 3.4g	豚キムチ炒め ハムサラダ お浸し
28火	鶏肉の バジルフリッター ぶり塩麴焼き 458 kcal 塩分 3g	ジャガイモスープ煮 カニカマサラダ 坦々もやし
1水	さばカツ 豚ロース味噌焼き 426 kcal 塩分 4.4g	シーフードトマト煮 コンニャクサラダ 五目巾着煮
2木	カレイの塩唐揚 とり利休焼き 487 kcal 塩分 3.6g	ジャガイモそば煮 マロニーサラダ 竹輪オイスター炒め
3金	チキン竜田揚げ 魚西京焼き 486 kcal 塩分 3.9g	アサリと白菜のクリーム煮 菜の花サラダ 大根なます
4土	お・ま・か・せ・メニュー	

3月 6月	和菜メンチ 中華風かに玉 419 kcal 塩分 2.6g	海老ブロッコリー中華炒め 大根と海藻のサラダ 蒸し鶏メンマ
7火	鶏肉サルサソース いかハンバーグ 537 kcal 塩分 4.5g	ポークカレー ツナ入りスパサラダ オクラ梅肉和え
8水	ひれかつ煮 お好み焼き 428 kcal 塩分 4.4g	チーズサラダ わさび和え キムチモヤシ
9木	さばの照焼 厚焼卵 467 kcal 塩分 4.3g	春の筍ご飯 マーボー白菜 オクラ和風サラダ
10金	牛丼風 しゅうまい 416 kcal 塩分 3.6g	タラスパイシー揚げ 中華野菜炒め カリフラワーマリネ
11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 3日(金) チキン竜田揚げ

★ おすすめメニュー ★
3月 9日(木) 春の筍ご飯

