

☆ ランチお弁当メニュー ☆

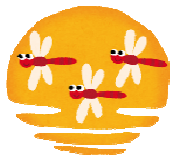
(株)祝一

TEL 03-5879-3592 / 3593

FAX 03-5662-1912 / 1913

11月 24 月		
25 火	<p>たっぷりベ-コントマトフライ</p> <p>つくね焼き</p> <p>412 Kcal タンパク 16.8 g 塩分 3.9 g</p>	<p>里芋の煮物</p> <p>切干大根のナムル</p> <p>やわらか角揚げ煮</p> <p>塩分 3.9 g</p>
26 水	<p>牛すじコロッケ</p> <p>たらのほんパ-焼</p> <p>403 Kcal タンパク 15.5 g 塩分 4 g</p>	<p>インディアナサラダ</p> <p>金平ごぼう</p> <p>もやしとザ-サイ炒め</p> <p>塩分 4 g</p>
27 木	<p>加足フライ</p> <p>ハンバ-グ シャリアピ-ソース</p> <p>409 Kcal タンパク 13.9 g 塩分 2.6 g</p>	<p>野菜トマト煮</p> <p>シバ-サラダ</p> <p>小松菜おろし和え</p> <p>塩分 2.6 g</p>
28 金	<p>ヤンニョムチキン</p> <p>魚照焼</p> <p>509 Kcal タンパク 20.1 g 塩分 4.2 g</p>	<p>柳川風</p> <p>和風スパゲティサラダ</p> <p>いんげんリテ</p> <p>塩分 4.2 g</p>
1 月	<p>ポテトベ-コンカツ</p> <p>粗挽ツナ</p> <p>481 Kcal タンパク 14.6 g 塩分 4.1 g</p>	<p>根菜炒り煮</p> <p>カリフラワーサラダ</p> <p>大根菜おかか和え</p> <p>塩分 4.1 g</p>
2 火	<p>茄子肉詰フライ</p> <p>とりゆず胡椒焼</p> <p>397 Kcal タンパク 17.7 g 塩分 2.7 g</p>	<p>ハッシュドポーク</p> <p>コンキヤサラダ</p> <p>小松菜なめ茸和え</p> <p>塩分 2.7 g</p>
3 水	<p>鰯フライ</p> <p>ミートオムレツ</p> <p>384 Kcal タンパク 9.6 g 塩分 2.6 g</p>	<p>ふろふき大根</p> <p>中華サラダ</p> <p>オクラわさび和え</p> <p>塩分 2.6 g</p>
4 木	<p>カレーの磯辺揚げ</p> <p>肉焼売</p> <p>396 Kcal タンパク 15.6 g 塩分 4 g</p>	<p>わかめご飯</p> <p>白菜中華旨煮</p> <p>インディアナサラダ</p> <p>塩分 4 g</p>
5 金	<p>ハンバ-グ 茸デミソース</p> <p>卵豆腐</p> <p>416 Kcal タンパク 20.1 g 塩分 2.8 g</p>	<p>チキンサラダ</p> <p>青梗菜デミ酢和え</p> <p>穂先メマ</p> <p>塩分 2.8 g</p>

※ 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350kcal、半ライスは250kcalです。
 ※ 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 ※ 国産米・外国産米を使用しております
 ※ 弊社製造工場では、アレルギー物質特定原材料8品目（卵・乳製品・小麦・えび・かに・そば・くるみ・落花生）を含む製品も製造しております。



★ おすすめメニュー ★

11月
28日(金) ヤンニョムチキン

★ おすすめメニュー ★

12月
5日(金) ハンバ-グ

