

# ☆ ランチお弁当メニュー ☆

1月 5月	ハムカツ	煮物盛り合せ
	野菜つくね巻	ポテトサラダ 紅白なます
	397 Kcal      タンパク 15 g      塩分 4.1 g	
6 火	和風おろし ハンバーグ	チーズサラダ
	カニ玉ボール	青梗菜♪マ酢和え 切昆布大豆
	370 Kcal      タンパク 17.3 g      塩分 2.2 g	
7 水	魚立田揚	豚肉ときのこしぐれ煮
	豆腐ステーキ和風あん	拌三絲 ちくわび・マの甘辛炒め
	356 Kcal      タンパク 13.3 g      塩分 3.5 g	
8 木	チキンカツ (ブラックペッパー)	中華風 ロールキャベツ
	肉焼売	ごぼうサラダ うずらしんじょう煮
	385 Kcal      タンパク 12.4 g      塩分 2.9 g	
9 金	鶏肉の若草揚	筑前煮風
	魚の卵・イッ焼	中華サラダ 小松菜とれんこんの旨塩炒め
	325 Kcal      タンパク 25.1 g      塩分 3.4 g	

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

12月	 <b>成人の日</b> 	
13 火	スパイシーカレーコロッケ	豆腐の中華煮
	ハムステーキ BBQソース	ごま味噌きんぴら ナムル風
	374 Kcal      タンパク 8.6 g      塩分 2.4 g	
14 水	五目ご飯	鶏つくね串
	野菜かき揚げ	切干大根と刻み昆布炒め煮 三角しのだ煮
	367 Kcal      タンパク 12 g      塩分 3.9 g	
15 木	チキン竜田	肉じゃが
	ふんわり豆腐よせ	コーンサラダ オクラおかか和え
	486 Kcal      タンパク 15.6 g      塩分 5.5 g	
16 金	あじの蒲焼風	青椒肉絲
	豚肉生姜焼	マカロニサラダ もやし高菜炒め
	410 Kcal      タンパク 20.1 g      塩分 3.7 g	

※ 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。



謹んで新年のお慶びを申し上げます

旧年中は格別のご愛顧を賜わり厚くお礼申し上げます。  
 本年もスタッフ一同より一層技術の向上に励み、お客様  
 にご満足いただけるサービスを心がける所存です。  
 今年も、倍旧のご愛顧をよろしくお願い申し上げます。

いつもご利用ありがとうございます。

