

# ☆ ランチお弁当メニュー ☆



(株)祝一

TEL 03-5879-3592 / 3593

FAX 03-5662-1912 / 1913

1月 19 月	3種のきのこの クリーミーフライ (トリュフ風味)	かぶの加熱ソテー
	野菜とひじきの 豆腐焼き和風あん	金平ごぼう コーンソテー
	332 Kcal      タンパク 9.6 g      塩分 2.3 g	
20 火	春巻き	和風カレー
	花形オムレツ	春雨中華サラダ ピーナッツ和え
	395 Kcal      タンパク 11.8 g      塩分 3.8 g	
21 水	魚甘辛焼	ハムサラダ
	れんこん肉詰フライ	肉団子 ピリ辛竹輪炒め
	381 Kcal      タンパク 17 g      塩分 3.7 g	
22 木	サクサク明太チーズ はんぺん	大根旨煮
	豚肉カレーチャップ焼	スパゲティサラダ 若竹煮
	418 Kcal      タンパク 14.9 g      塩分 2.7 g	
23 金	魚の胡麻揚げ	豚丼風
	とり辛味噌焼	マロニーのサラダ 小松菜炒め
	401 Kcal      タンパク 19.3 g      塩分 3.8 g	

26 月	ねぎ塩鶏カツ	筑前煮風
	お好み焼	茄子生姜煮 春菊のおかか和え
	310 Kcal      タンパク 10.8 g      塩分 3.2 g	
27 火	カレイの磯辺揚げ	鶏肉と野菜の オスター炒め
	たかなオムレツ	コシニャサラダ カリフラワー和え
	366 Kcal      タンパク 16.5 g      塩分 1.6 g	
28 水	カツ煮	わかめサラダ
	幼小判揚げ照焼	もやしユカリ和え ザーサイ油炒め
	334 Kcal      タンパク 12.8 g      塩分 3.4 g	
29 木	すき焼コロッケ	豚肉チャップ焼
	魚塩焼	里芋サラダ ほうれん草ゴマ和え
	446 Kcal      タンパク 18.6 g      塩分 3 g	
30 金	エビカツ	焼そばスパゲティ
	つくね甘辛ソース	ひじき炒り煮 高野豆腐煮
	413 Kcal      タンパク 18.5 g      塩分 3 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。



★ おすすめメニュー ★

1月  
19日(月)

3種のきのこの  
クリーミーフライ  
(トリュフ風味)

★ おすすめメニュー ★

1月  
28日(水)

かつ煮

