

☆ ランチお弁当メニュー ☆

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

10月 12月		
13火	ワイド 丼 生姜入り豆腐ステーキ 378 Kcal タンパク 14.2 g	筑前煮風 茶碗むし 鶏がら菜ポン酢和え 塩分 3.3 g
14水	かき揚げ 魚塩焼 386 Kcal タンパク 17.2 g	きのこご飯 ひじきの五目炒り煮 マカロニサラダ 塩分 4.2 g
15木	味噌カツ ねぎ入オムレツ 406 Kcal タンパク 13.5 g	シーザーサラダ カリフラワー-カレーマリネ うずら豆 塩分 3.2 g
16金	牛タン汁-コロケ チヂミ 441 Kcal タンパク 9.9 g	豚肉とごぼう煮物 春雨サラダ もやし炒め 塩分 3.5 g

19月	ササミ梅フライ 根菜ハンバーグ 469 Kcal タンパク 19.1 g	水餃子香味ソース ビ-ツ炒め 青梗菜マ酢和え 塩分 3.5 g
20火	ハケ岳高原牛乳クリームコロッケ(かに) きのこバターオムレツ 366 Kcal タンパク 12.2 g	肉じゃが パスタサラダ もやし磯辺和え 塩分 3.2 g
21水	ハンバーグ トマトソース 三角しのだ 362 Kcal タンパク 14.8 g	インディアンサラダ いんげんリネー 穂先メマ 塩分 3.2 g
22木	たらの胡麻揚げ 鶏旨い焼 353 Kcal タンパク 18.5 g	高野豆腐の柳川風 きのこサラダ ブロッコリーマスタート マリネ 塩分 3.4 g
23金	きみとろメンチカツ いか磯辺焼 353 Kcal タンパク 11.6 g	三角絹厚揚げ さつま揚げと大根煮 ホ-テサラダ 塩分 4 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 ★
 10月 14日(水) **きのこご飯**

★ おすすめメニュー ★
 10月 20日(火) **ハケ岳高原牛乳入り
クリームコロッケ(かに)**

