

お弁当メニュー



2月 15 月	鶏肉生姜焼 チーズかぼちゃ包み揚げ 389 kcal 塩分 3.2g	かぶのポトフ 五目マーボーマロニー 味噌田楽風
16 火	豚ロース蒲焼 なすの肉はさみフリッター 383 kcal 塩分 2.3g	ハッシュドビーフ 花野菜サラダ チンゲン菜ザーサイ炒め
17 水	ひれかつ煮 メバル甘辛焼 440 kcal 塩分 3.3g	大根サラダ 小松菜炒め
18 木	豚肉生姜焼 いわしの唐揚げ 335 kcal 塩分 2.3g	野菜巻き メンマとひじき炒め煮 ちくわオイスター炒め
19 金	和菜メンチカツ オムレツ 388 kcal 塩分 2.4g	白菜中華旨煮 マカロニサラダ いんげん炒め
20 土	お・ま・か・せ・メニュー	

22 月	エビカツ 豆腐ハンバーグ 392 kcal 塩分 3.3g	鶏肉カチャトラ風煮 なす生姜煮 春菊のおかか和え
23 火	天皇誕生日 	
24 水	味噌つくね キス天ぷら 404 kcal 塩分 2.8g	春雨サラダ 鶏高野煮 ポパイソテー
25 木	ハムステーキ 酢鶏風 345 kcal 塩分 3.6g	中華風かに玉 洋風カレー金平 わかめ生姜和え 焼うどん
26 金	ロースとんかつ 肉詰めしいたけ 357 kcal 塩分 3g	煮物盛合わせ スパゲティサラダ ピーナッツ和え
27 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

★ おすすめメニュー ★

2月
17日(水)

ひれかつ煮

★ おすすめメニュー ★

2月
26日(金)

ロースとんかつ

いつもご利用ありがとうございます。

