

☆ ランチお弁当メニュー ☆



5月 10月	夏野菜カレーコロッケ 牛肉オイスター炒め 428 kcal 塩分 2.4g	サルサオムレツ 高野豆腐卵とじ 小松菜のおかか和え
11火	とり天甘辛ソース メバル焼 532 kcal 塩分 3.7g	キーマカレー ハムサラダ ポパイソテー
12水	ハムステーキ BBQソース ホキ南蛮漬け 451 kcal 塩分 3.9g	山形風芋煮 マロニーサラダ 野菜天煮
13木	ハンバーグ デミソース イカフライ 410 kcal 塩分 3.5g	目玉風オムレツ カニカマサラダ いんげんベーコンカレーソテー
14金	えびカツ タルタルソース フヨウハイ和風あん 417 kcal 塩分 3.4g	あさりトマト煮 マカロニサラダ カリフラワーカレーマリネ
15土	お・ま・か・せ・メニュー	

17月	和風チキンカツ 鮭津軽味噌焼 316 kcal 塩分 2.7g	きのこスパゲティー 冬瓜のカニカマあん ブロッコリーごま和え
18火	牛肉ピリ辛炒め カレーのバジルフリッター 359 kcal 塩分 2.5g	煮物盛合わせ ポテトサラダ ほうれん草わさび和え
19水	三元豚生姜焼 中華春巻 430 kcal 塩分 3.4g	かぼちゃそぼろ煮 海藻サラダ たけのこ煮
20木	鶏肉チリソース 白身フライ 525 kcal 塩分 2.5g	ハッシュドビーフ 花野菜サラダ 信田巻煮
21金	豚丼風 豚ロース串カツ 356 kcal 塩分 3.8g	ミートオムレツ 菜の花ごま味噌和え
22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 ★
5月 10日(月) 夏野菜カレーコロッケ

★ おすすめメニュー ★
5月 21日(金) 豚丼風

いつもご利用ありがとうございます。

