

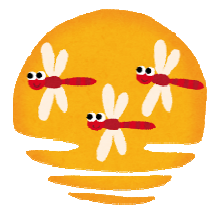
# ☆ ランチお弁当メニュー ☆

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

11月 21 月	<b>白身フライ</b> いかねぎ味噌焼き 396 kcal 塩分 5.7g	鶏団子中華旨煮 マロニーサラダ ポン酢和え
22 火	<b>フライドチキン</b> 豆腐バーグ 和風きのこ 423 kcal 塩分 3.9g	冷製豚しゃぶ風 クラムチャウダー風煮 マヨ和え
23 水		
24 木	<b>ウイナー玉葱串カツ</b> ミートオムレツ 441 kcal 塩分 4.4g	きのこカレー 海藻サラダ 高菜竹輪 
25 金	<b>ハンバーグ</b> きのこデミソース 特製牛肉炒め 554 kcal 塩分 3.4g	インディアンサラダ カニカマソテー れんこん柚子マリネ
26 土	お・ま・か・せ・メニュー	

28 月	<b>イカフライ</b> 豚肉辛味噌焼き 386 kcal 塩分 3g	海老ブロッコリー中華炒め ビーフンサラダ 味付めかぶ 
29 火	<b>さわらフライ</b> とりマスタード焼 403 kcal 塩分 3.7g	青椒肉絲 切干大根のナムル ワカメ生姜和え
30 水	<b>カニクリームコロッケ</b> 魚照焼 399 kcal 塩分 4.5g	里芋肉じゃが風煮 キャベツとベーコンの卵炒め がんも甘煮
1 木	<b>ハムカツ</b> ナスのポロネーゼ 445 kcal 塩分 3.9g	シルバーサラダ おろし和え ピリ辛唐辛子
2 金	<b>ヤンニョムチキン</b> 魚ねぎ味噌焼き 514 kcal 塩分 3.5g	豚玉とじ マカロニサラダ アスパラベーコンソテー 
3 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。



★ おすすめメニュー ★  
11月 25日(金) ハンバーグのデミソース

★ おすすめメニュー ★  
11月 30日(水) カニクリームコロッケ

いつもご利用ありがとうございます。

