

☆ ランチお弁当メニュー ☆

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

2月 13 月	チキンカツ 胡麻トンカツソース	里芋そぼろ煮 ナポリタンスパ 大根菜卵炒め
	ミートオムレツ 	
	425 kcal 塩分 3.7g	
14 火	カニクリーム コロッケ	ビーフカレー 中華サラダ インゲンベーコンソテー
	豚ロース照り焼き 	
	478 kcal 塩分 3.5g	
15 水	豚竜田揚げ	豆腐チャンプルー コーンサラダ こんにやくと竹輪の金平
	魚味噌焼き	
	412 kcal 塩分 4.7g	
16 木	わかめご飯	厚焼き玉子 ひじきの五目炒り煮 ツナサラダ
	魚塩焼き 	
	389 kcal 塩分 5.3g	
17 金	鶏モモ 粒マスタードソース	キノコスパ ごぼうサラダ 高菜炒め
	メアジ竜田揚げ	
	480 kcal 塩分 3.6g	
18 土	お・ま・か・せ・メニュー	

20 月	若鶏天ぷら	カニ豆腐 ラタトゥイユ からし和え
	白身魚若草焼き 	
	381 kcal 塩分 3.8g	
21 火	豚玉串フライ	鶏肉卵とじ はるさめサラダ こまつな炒め
	魚ピリ辛焼き	
	367 kcal 塩分 3.3g	
22 水	キムチキン	根菜炒り煮 ビーフカレー炒め 磯部和え
	豆腐バーグ 和風キノコあん	
	435 kcal 塩分 3.9g	
23 木		
24 金	あじフライ	マーボー豆腐 切干大根みそ煮 胡麻和え
	のりたまごロール 	
	357 kcal 塩分 3.5g	
25 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 ★

2月 16日(木) わかめごはん

★ おすすめメニュー ★

2月 20日(月) 若鶏てんぷら

いつもご利用ありがとうございます。