

☆ ランチお弁当メニュー ☆



TEL 03-5879-3592 / 3593

FAX 03-5662-1912 / 1913

7月 3月	加と北海道チーズ入 クリーミコロッケ	韓国風金平
	とろ〜りオムレツ デミソース 487 kcal 塩分 4.3g	味付めかぶ カリフラワーマリネ
4火	アジフライ	キーマカレー
	鶏味噌焼き 534 kcal 塩分 4.8g	サラダ風なます インゲンハムソテー
5水	魚のマリネ	イカと生揚味噌炒め
	豚肉生姜焼き 406 kcal 塩分 2.9g	マロニーサラダ ポン酢和え
6木	ササミフライ オーロラソース	野菜のクリーム煮
	つくね大葉巻 591 kcal 塩分 4.2g	大根と海藻の サラダ レンコン土佐煮
7金	魚照焼	豚肉と野菜の オイスター炒め
	春巻き 429 kcal 塩分 3.3g	シーフードマカロニ 大学芋
8土	お・ま・か・せ・メニュー	

10月	エビカツ タルタルソース	豆腐の中華煮
	野菜巻き鶏肉 479 kcal 塩分 3.5g	シルバーサラダ 竹輪炒め
11火	チキンカツ	豚キムチたまご炒め
	ふわふわ豆腐焼き 433 kcal 塩分 3.5g	チーズサラダ ゴマ和え
12水	油淋鶏	洋風肉じゃが
	トマトオムレツ 444 kcal 塩分 4.2g	コンニャクサラダ おかか和え
13木	ハンバーグ きのこデミソース	チャプチェ
	目玉焼き 460 kcal 塩分 3.5g	ハムサラダ こんにゃく炒り煮
14金	メンチカツ	筑前煮
	魚塩焼 373 kcal 塩分 3.8g	ツナ野菜炒め 梅肉和え
15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303kcal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 ★
7月 魚のマリネ
5日(水)

★ おすすめメニュー ★
7月 ハンバーグきのこデミソース
13日(木)

