

☆ ランチお弁当メニュー ☆



(株)祝一

TEL 03-5879-3592 / 3593
FAX 03-5662-1912 / 1913

7月 29 月	チキン竜田揚げ	中華炒め
	豆腐バーグ 和風あん 362 kcal 塩分 2g	さつまいもサラダ 辛し和え
30 火	さかなの スパイス揚げ	ハッシュドポーク
	鶏ネギ味噌焼き 337 kcal 塩分 1.9g	枝豆サラダ 大根菜たまご炒め
31 水	肉団子	チンジャオロース
	ハム玉子とじ 350 kcal 塩分 1.9g	カレーポテトサラダ カリフラワー酢の物
1 木	なすの 肉はさみ揚げ	味噌田楽
	鶏肉の ペパロン焼き 472 kcal 塩分 2.6g	チキンサラダ ごまあえ
2 金	のり塩 チキンカツ	塩肉じゃが
	さばみりん焼き 326 kcal 塩分 3.1g	コンニャクサラダ わさび和え
5 月	牛ごぼうフライ	根菜炒り煮
	バイドエッグ 454 kcal 塩分 2.7g	マカロニサラダ チンゲン菜炒め
6 火	豚キムチ炒め	三角春巻
	野菜とひじきの 豆腐焼き 393 kcal 塩分 3.9g	オーシャンサラダ 高菜炒め
7 水	白身フライ	ポークカレー
	つくねやき 497 kcal 塩分 4.3g	きんぴらごぼう ぼん酢和え
8 木	さっぱりおろし ハンバーグ	インディアンサラダ
	五目巾着煮 403 kcal 塩分 3.1g	おかか和え 葉唐割干し
9 金	油淋鶏	きのこサラダ
	焼きそば 395 kcal 塩分 3.6g	カニカマ酢の物 青菜煮

※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 ★
8月 2日(金) のり塩チキンカツ

★ おすすめメニュー ★
8月 8日(木) さっぱりおろしハンバーグ

