

☆ ランチお弁当メニュー ☆



(株)祝一

TEL 03-5879-3592 / 3593

FAX 03-5662-1912 / 1913

6月 19 月	たっぷり枝豆フライ	あさり時雨煮
	チーズインオムレツ 429 kcal 塩分 4.3g	刻み昆布炒め煮 れんこんゴマ風味
20 火	ヤンニョムチキン	ビーフカレー
	お好み焼き 437 kcal 塩分 3.3g	春雨中華サラダ たけのこ土佐煮
21 水	白身魚天ぷら	八宝菜
	れんこんつくね ワビマヨソース 464 kcal 塩分 3.5g	ハムサラダ 若布生姜和え
22 木	バーコソランチカツ	筑前煮風
	魚七味焼 531 kcal 塩分 4.8g	マカロニサラダ メンマ高菜炒め
23 金	あじ大葉梅肉フライ	とうふチャンプルー
	網目ハンバーグ トマトソース 392 kcal 塩分 3.5g	バンバンジー風 ポパイソテー
24 土	お・ま・か・せ・メニュー	
26 月	カレーコロッケ	水餃子香味ソース
	ホッケ塩焼 372 kcal 塩分 4.1g	ビーフン高菜明太炒め ゴマ味噌和え
27 火	鶏の若草揚げ	チャプチェ
	オムレツ 352 kcal 塩分 2g	ツナサラダ なめ茸和え
28 水	豚肉ピリ辛炒め	ひじき五目炒り煮
	かれい唐揚 347 kcal 塩分 2.2g	海藻サラダ きのこ炒め
29 木	チキンステーキ デミソース	ジャージョ豆腐
	中華風かに玉 289 kcal 塩分 3.3g	中華サラダ 梅肉和え
30 金	おろしかつ	鶏じゃが
	豆腐バーグ 野菜あん 379 kcal 塩分 2.9g	ゴボウサラダ オクラおかか和え
1 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 ★

6月 20日(火) ヤンニョムチキン

★ おすすめメニュー ★

6月 28日(水) 豚肉ピリ辛炒め

