

# ☆ ランチお弁当メニュー ☆ (株)祝一

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

10月 21 月	チーズ風味 チキンカツ	水餃子
	照焼つくね 476 kcal 塩分 3.2g	ビーフンカレー炒め ゴマ酢和え
22 火	桜えび入 グラタンコロッケ	ポークカレー
	オムレツ (エビチリ入) 449 kcal 塩分 3.4g	スパゲティサラダ インゲンソテー
23 水	ハンバーグ きのこソース	インディアンサラダ
	三角しのだ煮 376 kcal 塩分 2.7g	磯辺和え 漬物
24 木	チキン南蛮	マロニーサラダ
	野菜クリーム煮 361 kcal 塩分 2.5g	さつま揚げ煮 わさび菜きのこ
25 金	おでん	茶 飯
	さば磯辺フライ 478 kcal 塩分 3.8g	チヂミ ポテトサラダ
28 月	アジフライ	ナポリタンスパ
	肉焼売 358 kcal 塩分 3.5g	刻み昆布炒め煮 小松菜卵炒め
29 火	なす肉詰めフライ	豆腐の中華煮
	ハムステーキ BBQソース 406 kcal 塩分 3.3g	切干大根煮 ゴマ和え
30 水	いかの磯辺揚げ	野菜オイスター炒め
	鶏肉 柚子味噌焼き 332 kcal 塩分 3.3g	中華サラダ わさび和え
31 木	かぼちゃチーズソース 包み揚げ	ロールキャベツトマト煮
	豚肉蒲焼 360 kcal 塩分 3.1g	ひじきの洋風煮 オイスター炒め
1 金	魚のごま揚げ	高野豆腐の柳川風
	鶏うまい焼 325 kcal 塩分 2.2g	きのこサラダ シソの実和え

※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。

