

東京ランチ



月	火	水	木	金
				1 豚肉のカレーフリッター ナポリタン 竹輪の田舎風 人参サラダ 748Kcal 蛋白 26.7g 脂質 14.0g 塩分 3.3g
4 串カツ カリフラワーサラダ・ミニチキン 筍ピリ辛炒め ほうれん草塩だれ炒め 850Kcal 蛋白 28.3g 脂質 22.3g 塩分 4.2g	5 白身魚の南蛮漬け 切干大根煮 マヨレンコン 若布の甘酢和え 688Kcal 蛋白 20.5g 脂質 13.1g 塩分 3.3g	6 鶏唐とナスの甘酢がらめ 桜エビ入り細うどん こんにゃく炒め煮 チンゲン菜のごま和え 865Kcal 蛋白 38.3g 脂質 25.1g 塩分 3.8g	7 牛肉の野菜炒め 大根柚子酢和え・肉団子 細切昆布煮 煮物 918Kcal 蛋白 32.3g 脂質 26.6g 塩分 5.2g	8 焼売かに風味あん マカロニソテー ごぼうサラダ 菜の花辛子和え 780Kcal 蛋白 23.9g 脂質 14.6g 塩分 3.6g
11 サワラの中華焼き ナポリタン いんげんの塩昆布炒め きのこバター醤油炒め 732Kcal 蛋白 24.2g 脂質 13.8g 塩分 2.5g	12 ポークチャップ 煮物 竹輪炒め煮 菜の花ソテー 832Kcal 蛋白 28.1g 脂質 19.9g 塩分 2.9g	13 照り焼きチキン じゃが芋煮 ピリ辛こんにゃく 小松菜ナムル 721Kcal 蛋白 29.6g 脂質 14.2g 塩分 3.1g	14 白身魚の天ぷら 冷しそば 若布の和え物 ゴーヤ金平 767Kcal 蛋白 25.0g 脂質 15.4g 塩分 2.5g	15 油淋鶏 細切昆布煮 菜の花おかか和え ピーマンナムル 739Kcal 蛋白 29.0g 脂質 17.0g 塩分 3.4g
18 牛肉とピーマンの炒め物 大根の洋風煮 ひじき煮 カリフラワーの和え物 727Kcal 蛋白 23.3g 脂質 15.9g 塩分 3.3g	19 鶏テキオイル焼き 金平ごぼう・春雨の和え物 いんげんソテー 水餃子 853Kcal 蛋白 32.7g 脂質 23.8g 塩分 3.0g	20 白身フライ 春巻き・切干甘酢和え ぜんまいナムル チンゲン菜のお浸し 863Kcal 蛋白 22.7g 脂質 19.6g 塩分 2.9g	21 ダッカルビ 麻婆麺 白菜の和え物 れんこん味噌煮 774Kcal 蛋白 29.7g 脂質 13.4g 塩分 2.5g	22 豚肉の青しそソテー 花形さつま煮・きのこソテー 大根の柚子酢和え 小松菜お浸し 707Kcal 蛋白 20.6g 脂質 18.3g 塩分 3.4g
25 ビーフカツデミソース れんこん煮 スパサラダ 卵の花 968Kcal 蛋白 22.8g 脂質 25.8g 塩分 3.6g	26 鶏肉の生姜焼き じゃが芋ケチャップソテー ピーマンサラダ 春雨の和え物 872Kcal 蛋白 34.8g 脂質 20.7g 塩分 4.0g	27 肉餃子と中華焼きそば キャベツ焼き・菜の花ポン酢和え 煮物 筍の炒め煮 803Kcal 蛋白 20.9g 脂質 13.0g 塩分 4.0g	28 焼肉 切干大根サラダ キャベツの山葵和え 大豆ケチャップ煮 795Kcal 蛋白 20.8g 脂質 22.7g 塩分 3.7g	29 サバの味噌煮風 野菜炒め 金平ごぼう ブロッコリーコンソメ煮 704Kcal 蛋白 28.4g 脂質 12.6g 塩分 4.2g



■食材の仕入都合により一部メニューを変更する場合がございます。

本社 TEL(0587)95-7181 FAX(0587)95-6386

■お届けしたお弁当は食品衛生上、午後1時までにお召し上がり下さい。愛知北 TEL(0587)95-6123 FAX(0587)95-6072

■弁当容器は電子レンジにはかけられません。