

東京ランチ



月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
イカカツのチリソース 豆腐サラダ 中華野菜ソテー ピーマンごま和え 733Kcal 蛋白 20.6g 脂質 17.7g 塩分 3.3g	濃厚スパイシーコロッケ キャベツソテー たくあんナムル もやし和え 719Kcal 蛋白 19.2g 脂質 15.5g 塩分 3.1g	肉餃子と中華焼きそば 小松菜梅和え・ニラ饅頭 刻み揚げ炒め煮 冬瓜の生姜煮 776Kcal 蛋白 20.6g 脂質 18.9g 塩分 3.0g	サバの柚子塩焼き ナポリタン 煮物 ごぼうドレ和え 728Kcal 蛋白 27.5g 脂質 14.9g 塩分 3.8g	鶏唐の甘酢がらめ さつま芋バター煮・三角春巻き もやしナムル 小松菜お浸し 771Kcal 蛋白 43.2g 脂質 15.5g 塩分 2.0g
9	10	11	12	13
チキンカットマトソース カレーソテー・焼売 白菜のごま和え 若布の酢の物 753Kcal 蛋白 25.8g 脂質 18.6g 塩分 4.9g	牛肉のマスタード炒め つくね串・南瓜バター煮 菜の花おかか和え ひじき煮 660Kcal 蛋白 27.4g 脂質 15.2g 塩分 3.0g	唐揚げ 小松菜ピリ辛炒め・ウインバーグ メンマ金平 キャベツの甘酢和え 871Kcal 蛋白 35.0g 脂質 26.8g 塩分 3.7g	白身魚のみぞれ煮 マカロニサラダ・コロッケ 水菜のすりごま和え 人参ナムル 814Kcal 蛋白 25.6g 脂質 24.6g 塩分 3.0g	チキンハニーマスタード焼き 焼きうどん チンゲン菜の中華煮 ピーマンナムル 662Kcal 蛋白 29.2g 脂質 14.3g 塩分 2.6g
16	17	18	19	20
アジフライ 和風スパ 細切昆布煮 れんこん柚子胡椒和え 769Kcal 蛋白 24.0g 脂質 19.1g 塩分 3.3g	照焼きハンバーグ 高菜オムレツ 大根炒め煮 いんげん塩昆布和え 632Kcal 蛋白 21.7g 脂質 12.4g 塩分 3.4g	サバの竜田揚げ コーンフライ じゃこピーマン カリフラワーソテー 718Kcal 蛋白 26.4g 脂質 22.3g 塩分 2.6g	ポークチャップ チンゲン菜ソテー・ソーセージ マカロニカレーサラダ 切干柚子酢和え 820Kcal 蛋白 27.3g 脂質 25.4g 塩分 2.8g	味噌カツ 花形さつま天・かき揚げ 若布サラダ 中華ザーサイ和え 783Kcal 蛋白 23.8g 脂質 23.3g 塩分 4.7g
23	24	25	26	27
チキン南蛮 いんげんカレー炒め・マヨレンコン 竹輪ごまがらめ ひじき煮 960Kcal 蛋白 33.7g 脂質 29.3g 塩分 4.4g	豚肉のフリッター がんも煮 小松菜煮浸し 若布のサラダ 748Kcal 蛋白 29.3g 脂質 21.9g 塩分 4.1g	ダッカルビ マカロニカレーサラダ こんにゃく炒め煮 ブロッコリーおかか和え 759Kcal 蛋白 32.7g 脂質 19.3g 塩分 3.1g	BIGハムカツ オムレツ ごぼうのピリ辛煮 小松菜ポン酢和え 839Kcal 蛋白 21.9g 脂質 22.3g 塩分 4.7g	鶏肉の西京焼き お好み焼き 枝豆の中華風和え ほうれん草バターソテー 697Kcal 蛋白 32.2g 脂質 17.9g 塩分 2.2g
30	31			
焼肉 ナポリタン チンゲン菜お浸し ごぼうサラダ 818Kcal 蛋白 21.2g 脂質 32.1g 塩分 3.9g	豚カツ 炒り玉子 高野豆腐煮 水菜レモンサラダ 732Kcal 蛋白 24.0g 脂質 22.6g 塩分 2.4g			



■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。