

東京ランチ



月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	豚肉の青しそソテー キャベツごま油炒め 小松菜煮びたし 若布サラダ 753Kcal 蛋白 29.9g 脂質 17.0g 塩分 4.0g	白身魚の天麩羅 マカロニカレーソテー こんにゃく炒め煮 ほうれん草和え物 724Kcal 蛋白 21.4g 脂質 17.0g 塩分 1.9g	鶏肉の西京焼き いんげんソテー 金平ごぼう 大根サラダ 806Kcal 蛋白 34.9g 脂質 19.5g 塩分 3.6g	チキンカットマトソースかけ お好み焼き ポテトサラダ ほうれん草ソテー 787Kcal 蛋白 25.5g 脂質 19.1g 塩分 3.4g
7	8	9	10	11
焼肉 九条ネギオムレツ チンゲン菜のお浸し 紅白なます 856Kcal 蛋白 32.9g 脂質 23.9g 塩分 3.9g	味噌カツ 大豆ケチャップ炒め こんにゃく金平 水菜レモンドレ和え 813Kcal 蛋白 26.0g 脂質 23.2g 塩分 4.0g	天麩羅盛合せ 切干柚子酢和え 白和え 小松菜ソテー 787Kcal 蛋白 21.6g 脂質 26.9g 塩分 1.7g	鶏テキオイル焼き キャベツゆかり和え ポテトサラダ ピーマンカレー炒め 753Kcal 蛋白 34.0g 脂質 30.3g 塩分 3.4g	ビックマウスからあげ 焼きうどん 白菜マスタード和え 山菜煮 1002Kcal 蛋白 41.3g 脂質 34.7g 塩分 5.2g
14	15	16	17	18
サバの柚子塩焼き ポテトサラダ 茄子煮びたし カリフラワーサラダ 804Kcal 蛋白 24.4g 脂質 29.7g 塩分 2.6g	パセリバターチキン キャベツ中華サラダ 竹輪煮 小松菜おかか和え 660Kcal 蛋白 30.0g 脂質 14.1g 塩分 3.6g	豚肉の生姜炒め たけのこ金平 白菜の炒め物 ひじき豆 698Kcal 蛋白 28.6g 脂質 19.8g 塩分 2.9g	ビーフインコロッケ 大根ザーサイ和え 若布の和え物 金平ごぼう 745Kcal 蛋白 20.4g 脂質 14.1g 塩分 3.8g	鶏肉の味噌マスタード焼き 春雨和風ドレ和え ブロッコリーガーリックソテー がんも煮 721Kcal 蛋白 31.2g 脂質 17.6g 塩分 2.8g
21	22	23	24	25
豚肉と大根のオイスター炒め 若布とキャベツのサラダ 金平ごぼう 卵の花 821Kcal 蛋白 31.4g 脂質 21.9g 塩分 4.8g	とんてき 中華野菜ソテー がんも煮 白菜ゆかり和え 752Kcal 蛋白 27.2g 脂質 21.7g 塩分 2.7g	ビックマウスちきんかつ マカロニソテー 春雨の酢の物 白和え 825Kcal 蛋白 35.6g 脂質 13.5g 塩分 3.3g	あんかけ焼売 切干サラダ 高野豆腐煮 小松菜和え物 772Kcal 蛋白 24.4g 脂質 17.9g 塩分 3.8g	デミソースハンバーグ 金平ごぼう 若布サラダ 南瓜煮物 784Kcal 蛋白 33.9g 脂質 17.0g 塩分 4.8g
28	29	30	31	
ビックマウスめんちかつ ひじき煮 ポテトサラダ 水餃子 833Kcal 蛋白 25.2g 脂質 26.8g 塩分 3.1g	鶏肉のレモンペッパー焼き 高菜オムレツ チンゲン菜炒め物 冬瓜の煮物 654Kcal 蛋白 31.4g 脂質 14.8g 塩分 4.4g	ポークチャップ ピーマンソテー 若布味噌マヨ和え ポテトサラダ 758Kcal 蛋白 24.8g 脂質 20.9g 塩分 2.9g	蒸し餃子と焼きそば キャベツカレー炒め 竹輪煮 ブロッコリーサラダ 791Kcal 蛋白 22.3g 脂質 20.2g 塩分 3.9g	



- 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。