

東京ランチ



月	火	水	木	金
				1 チキン南蛮 野菜コロッケ 筍中華煮 小松菜ソテー 921Kcal 蛋白 33.9g 脂質 29.3g 塩分 3.7g
4 チキンハニーマスタード焼き 若竹煮 ささげゴマ和え 金平ごぼう 716Kcal 蛋白 34.3g 脂質 18.6g 塩分 2.9g	5 豚肉のトマトソース 春雨和風ドレ和え ポテトサラダ 菜の花和え物 805Kcal 蛋白 25.1g 脂質 31.6g 塩分 2.3g	6 照焼きハンバーグ キャベツナムル 茄子の煮びたし 金平ごぼう 772Kcal 蛋白 34.1g 脂質 14.1g 塩分 3.7g	7 ビックマウスからあげ 野菜コロッケ 大根の甘酢和え 筍味噌和え 1075Kcal 蛋白 49.8g 脂質 35.4g 塩分 4.2g	8 豚肉の味噌マヨ炒め 高野豆腐煮 チンゲン菜中華煮 オクラ梅和え 764Kcal 蛋白 30.4g 脂質 21.8g 塩分 3.8g
11 豚カツ ポテトサラダ 玉子焼き ひじき煮 607Kcal 蛋白 12.7g 脂質 17.4g 塩分 1.5g	12 ビックマウスおこのみやき 焼きそば こんにゃく炒め 水菜ごま和え 687Kcal 蛋白 16.8g 脂質 15.7g 塩分 3.3g	13 鶏肉黒酢あん 大根の甘酢和え 山菜炒め煮 さつま芋サラダ 667Kcal 蛋白 28.0g 脂質 10.7g 塩分 3.2g	14 イカカツのチリソース 花しんじょう煮 いんげんナムル ミニバーグ 732Kcal 蛋白 25.7g 脂質 9.8g 塩分 4.0g	15 白身魚のバジルソテー ブロッコリーお浸し チヂミ 大豆ケチャップ煮 761Kcal 蛋白 32.3g 脂質 18.5g 塩分 3.1g
18 アジフライ 刻み昆布煮 南瓜含め煮 セロリマリネ 743Kcal 蛋白 25.7g 脂質 15.9g 塩分 2.7g	19 ビックマウスはんぱーぐ 野菜コロッケ マカロニサラダ 白菜生姜和え 899Kcal 蛋白 27.9g 脂質 30.5g 塩分 4.4g	20 サバのみりん焼き 炊き合わせ キャベツそぼろ炒め ブロッコリーサラダ 720Kcal 蛋白 33.5g 脂質 16.7g 塩分 3.0g	21 酢豚 切干煮 れんこん煮 キャロットラペ 703Kcal 蛋白 23.7g 脂質 17.2g 塩分 4.9g	22 味噌串カツ 野菜のカレー炒め こんにゃく炒め煮 中華ザーサイ和え 678Kcal 蛋白 27.3g 脂質 12.4g 塩分 3.3g
25	26	27	28	29



- 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。