



1 (水) 鶏と野菜の塩レモン炒めとコロッケ
熱量 822 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 25.1 g



2 (木) 豚肉のデミソースがけとフリ中落ちカツ
熱量 794 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 20.2 g



3 (金) ナス肉詰天&かき揚げと福豆
熱量 852 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 20.4 g



4 (土) お楽しみ弁当



6 (月) 鶏竜田とちくわの中華炒め
熱量 899 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 29.2 g



7 (火) 豚と大根のポトフとミニグラタン
熱量 784 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 21.7 g



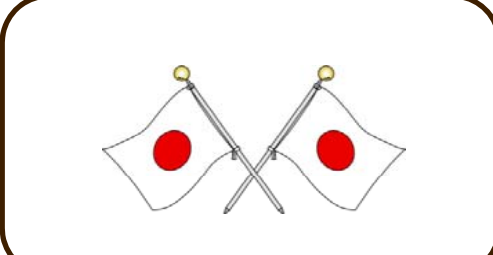
8 (水) サワラ西京焼と枝豆の梅和え
熱量 786 kcal 蛋白質 27.7 g 脂質 20.1 g



9 (木) マンチカツとチーズオムレツ
熱量 782 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 22.3 g



10 (金) 牛とキノコの韓国風炒めと揚げ焼売
熱量 792 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 19.4 g



11 (土) 建国記念の日



13 (月) サバ照焼と卵と野菜の中華炒め
熱量 903 kcal 蛋白質 27.0 g 脂質 31.1 g



14 (火) ハヤシチューとハートオムレツ
熱量 872 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 22.3 g



15 (水) クリームほたてコロッケと茶碗蒸し
熱量 740 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 26.4 g



16 (木) 鶏と野菜のトマト炒めとイタリアンサラダ
熱量 856 kcal 蛋白質 24.2 g 脂質 29.1 g



17 (金) ごまソースとんかつと焼ビーフン
熱量 783 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 15.4 g



18 (土) お楽しみ弁当



20 (月) 海老フライ&まぐろカツと味噌田楽
熱量 772 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 17.1 g



21 (火) グリルチキンと鱈と竹の子の唐揚げ
熱量 812 kcal 蛋白質 23.5 g 脂質 18.6 g



22 (水) ホキのチリ焼とオクラの中華和え
熱量 814 kcal 蛋白質 28.2 g 脂質 22.0 g



23 (木) ハニーマスタードバーグと磯わかめ
熱量 729 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 12.0 g



24 (金) 肉豆腐風煮と野菜のわさびマヨ和え
熱量 886 kcal 蛋白質 28.0 g 脂質 25.1 g



25 (土) お楽しみ弁当



27 (月) 肉団子と大根のチゲ風煮とイカフライ
熱量 767 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 13.8 g



28 (火) タラ味噌焼とアボカドサラダ
熱量 732 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 14.0 g



29 (水) 鶏の柚子胡椒オイル焼とサンマ生姜煮
熱量 832 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 26.9 g



お知らせ

- 食数の変更は前日の午前中までにご連絡下さい。
- ☆メニューは材料入手の関係で一部変更することがあります。
- お届けするランチは食中毒防止の為、当日の午後1時までにお召し上がりください。
- お客様の健康を第一に考え食材選びにも万全を期しております。
- 上記以外のメニューも用意しております。
- 旬の食材を使用しているため、季節感あふれるメニューをお楽しみ頂けます。※お薦めメニューには をつけております。

大京食品株式会社

