


WEEKLY MENU

4 / 8 - 13

A

<p>8 (月) 参考書の日</p>	<p>日替りランチ 厚切りヒレカツ 根菜サラダ / 他2品 カロリー-401kcal タンパク質 16.9g 塩分 3.0g 脂質 21.3g</p>
<p>9 (火)</p>	<p>日替りランチ ペッパーハムステーキ 麻婆茄子 上海風焼きそば / 他2品 カロリー-383kcal タンパク質 19.0g 塩分 3.6g 脂質 24.8g</p>
<p>10 (水) 駅弁の日</p>	<p>日替りランチ  から揚げ&ハンバーグ オニオンソース スパゲティ・ガーリックトマトソース / 他2品 カロリー-571kcal タンパク質 27.9g 塩分 5.3g 脂質 30.4g</p>
<p>11 (木)</p>	<p>日替りランチ 豚肉の玉子とじ さわら大葉フライタルタルソース 切干大根のコチュジャン炒め / 他2品 カロリー-484kcal タンパク質 19.7g 塩分 3.2g 脂質 31.5g</p>
<p>12 (金)</p>	<p>日替りランチ 肉ニラ炒め 春巻 大根の坦々みそがけ / 他2品 カロリー-344kcal タンパク質 13.2g 塩分 3.1g 脂質 20.0g</p>
<p>13 (土)</p>	<p>日替りランチ 鶏唐揚げカレー南蛮ソース 他、お楽しみおかず3品 ★土曜日のご注文は金曜日の15時まで お願いいたします。</p>

上記のカロリー表示には「ごはん」分は含まれておりません。「ごはん(並)」カロリー-359kcal タンパク質 5.8g (表記の数値は目安です)

※  ...おすすめメニューです!

PC. スマホから
お弁当の注文が
できます

お気軽に
お問い合わせ
ください



WEB注文システムは1日10食以上
ご注文のお客様のサービスとなっております。

お問い合わせフォーム→