

料理 かしば

上メニュー

1月16日~1月28日

Tel:0743-64-3001



1月 16日 月曜	ハムカツ 玉子ロール さつま芋天 ピーマンジャコあえ バンバンジーサラダ エネルギー345 Kcal タンパク質 15.7 g 脂質 13.3 g	1月 23日 月曜	チキンカツ 法蓮草玉子とじ ランチシューマイ 韓国風野菜炒め 小松菜土佐あえ エネルギー348 Kcal タンパク質 14.8 g 脂質 15.6 g
1月 17日 火曜	豆腐ハンバーグ 金平ごぼう モヤシ酢 イカフライ ちくわ天(磯辺あげ) エネルギー386 Kcal タンパク質 26.3 g 脂質 24.5 g	1月 24日 火曜	カレイチリソースかけ ピリ辛ごぼうカツ 五目大豆 青梗菜辛しあえ 小茄子煮つけ エネルギー393 Kcal タンパク質 28.2 g 脂質 25.2 g
1月 18日 水曜	アジ天麩羅 だし巻き ポークビーンズ 小松菜煮浸し 肉団子甘辛煮 エネルギー398 Kcal タンパク質 25.5 g 脂質 15.3 g	1月 25日 水曜	お弁当メンチ 生姜入り玉子焼き 大根炒め煮 法蓮草ごまあえ 紅白花形さつま エネルギー408 Kcal タンパク質 22.5 g 脂質 23.1 g
1月 19日 木曜	骨なしフライドチキン ぜんまい煮つけ カリフラワーゆかりあえ 青梗菜あえもの がんと煮つけ エネルギー387 Kcal タンパク質 26.2 g 脂質 25.6 g	1月 26日 木曜	文化の日  エネルギー Kcal タンパク質 g 脂質 g
1月 20日 金曜	テリカハンバーグデミソースかけ 野菜コロケ ひじき炒り煮 オクラごまあえ 高野含め煮 エネルギー399 Kcal タンパク質 22.8 g 脂質 21.7 g	1月 27日 金曜	サバ塩焼き ポテトコロケ(海苔塩あじ) 千切り煮つけ 法蓮草あえもの ガンモとオクラ煮 エネルギー421 Kcal タンパク質 22.4 g 脂質 25.9 g
1月 21日 土曜	アジフライ ふっくらオムレツ(青菜) 高野あられ煮 春雨中華酢 白菜あえもの エネルギー368 Kcal タンパク質 23.8 g 脂質 17.8 g	1月 28日 土曜	鶏天 枝豆入りオムレツ 肉じゃが 若竹煮 白菜甘酢あえ エネルギー375 Kcal タンパク質 26.3 g 脂質 18.6 g



お届けしたお弁当は14:00迄にお召し上がりください
 ※ 材料入荷の都合によりメニューが変更になる事があります。ご了承下さい。