

2019 5 MAY

6	7	8	9	10
祝日	豚肉の味噌炒め	ハンバーグきのこソース	さばの照り焼き	唐揚げ
	つきこんおかか煮	さつま揚げの甘辛炒め	マカロニサラダ	ひじき煮
	エネルギー 326 Kcal	エネルギー 330 Kcal	エネルギー 307 Kcal	エネルギー 639 Kcal
	蛋白質 15.9 g 脂質 18.6 g 塩分 2.3 g	蛋白質 18.0 g 脂質 15.1 g 塩分 3.5 g	蛋白質 10.4 g 脂質 9.8 g 塩分 2.0 g	蛋白質 27.0 g 脂質 38.2 g 塩分 2.6 g
13	14	15	16	17
鶏肉のごま味噌焼き	鮭のケチャップ煮	豚肉のすき煮	鶏肉の唐揚げ	チンジャオロース
肉じゃが	筑前煮	青梗菜中華炒め	ビーフソテー	マセドアンサラダ
エネルギー 444 Kcal	エネルギー 376 Kcal	エネルギー 391 Kcal	エネルギー 461 Kcal	エネルギー 351 Kcal
蛋白質 28.6 g 脂質 26.6 g 塩分 1.9 g	蛋白質 25.9 g 脂質 20.2 g 塩分 2.1 g	蛋白質 21.2 g 脂質 19.7 g 塩分 3.0 g	蛋白質 22.8 g 脂質 30.0 g 塩分 2.1 g	蛋白質 21.1 g 脂質 18.2 g 塩分 2.2 g
20	21	22	23	24
フリの照り焼き	オムレツハヤシソース	ビビンバ	豚の生姜焼き	餃子フライ
厚揚げキムチ煮	大根煮物	きんぴらごぼう	シュウマイ	湯葉と昆布の彩り和え
エネルギー 473 Kcal	エネルギー 445 Kcal	エネルギー 385 Kcal	エネルギー 500 Kcal	エネルギー 350 Kcal
蛋白質 29.6 g 脂質 28.5 g 塩分 3.3 g	蛋白質 20.1 g 脂質 21.5 g 塩分 4.9 g	蛋白質 23.8 g 脂質 17.3 g 塩分 3.3 g	蛋白質 25.8 g 脂質 23.9 g 塩分 3.6 g	蛋白質 20.2 g 脂質 7.6 g 塩分 2.1 g
27	28	29	30	31
鶏のネギ塩焼き	ハムチーズピカタ	アジのレモン醤油焼き	鯖のムニエルソース	タンドリーチキン
切干大根煮	大根の信田煮	ミートオムレツ	バターコーンコロッケ	ジャーマンポテト
エネルギー 474 Kcal	エネルギー 444 Kcal	エネルギー 263 Kcal	エネルギー 451 Kcal	エネルギー 481 Kcal
蛋白質 23.5 g 脂質 28.5 g 塩分 2.3 g	蛋白質 21.7 g 脂質 7.5 g 塩分 2.0 g	蛋白質 23.4 g 脂質 12.2 g 塩分 2.3 g	蛋白質 21.2 g 脂質 21.9 g 塩分 1.0 g	蛋白質 24.8 g 脂質 28.2 g 塩分 1.3 g

INFORMATION

※ 朝9:00までにお電話にてご注文ください。(TEL 059-333-8880)

(お客様の電話番号をお知らせいただけたら、弊社よりお電話させていただきます。)

※食材仕入の都合により一部メニューの変更がある場合もございますので、ご了承ください。

※栄養カロリーは、おかずのみです。

ご飯は100g当たり熱量168kcal、蛋白質2.5g、脂質0.3gです。

※容器の回収は翌日になる場合もございます。

※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くださいますようお願い申し上げます。

※お弁当の容器にたばこの吸がら等は入れないで下さい。

四日市店
おびさん TEL:059-333-8880
FAX:059-330-2117

