

# 2022年8月 AUGUST



MON	TUE	WED	THU	FRI
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>ハンバーグピカタ 切干大根含め煮</b>	<b>サワラの西京焼き こんにゃくピリ辛煮</b>	<b>豚串フライ&amp;イカフライ 大根の煮物</b>	<b>しょうまい&amp;マグロフライ 炊き合わせ</b>	<b>チキン山賊焼き 五目大豆</b>
エネルギー 312 Kcal 蛋白質 9.4 g 脂質 18.4 g 塩分 2.3 g	エネルギー 257 Kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 11.6 g 塩分 2.9 g	エネルギー 279 Kcal 蛋白質 9.1 g 脂質 12.0 g 塩分 2.5 g	エネルギー 303 Kcal 蛋白質 10.7 g 脂質 13.7 g 塩分 2.7 g	エネルギー 480 Kcal 蛋白質 25.6 g 脂質 29.4 g 塩分 2.9 g
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
<b>肉団子の甘酢あん ひじきの煮物</b>	<b>さばのカレームニエル 筑前煮</b>	<b>ハンバーグ 金平こんにゃく</b>	<b>祝日</b>	<b>お盆休み</b>
エネルギー 474 Kcal 蛋白質 16.0 g 脂質 26.7 g 塩分 2.7 g	エネルギー 252 Kcal 蛋白質 15.4 g 脂質 10.7 g 塩分 2.7 g	エネルギー 284 Kcal 蛋白質 13.6 g 脂質 15.4 g 塩分 2.8 g		
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
<b>お盆休み</b>	<b>イカフライチリソース レンコン金平</b>	<b>鶏の味噌漬け焼き 小松菜煮浸し</b>	<b>メンチカツ インゲンオイスター炒め</b>	<b>サワラの漬け焼き 五目豆</b>
	エネルギー 312 Kcal 蛋白質 10.1 g 脂質 14.4 g 塩分 2.9 g	エネルギー 421 Kcal 蛋白質 24.8 g 脂質 27.2 g 塩分 2.7 g	エネルギー 272 Kcal 蛋白質 12.8 g 脂質 12.9 g 塩分 2.6 g	エネルギー 225 Kcal 蛋白質 16.5 g 脂質 9.1 g 塩分 2.7 g
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>アジの竜田揚げ ひじきの煮物</b>	<b>白身フライ&amp;目玉フライ 肉じゃが</b>	<b>唐揚げ 昆布と大豆の炒り煮</b>	<b>さばの照り焼き ぜんまいの含め煮</b>	<b>豚カツ 筑前煮</b>
エネルギー 299 Kcal 蛋白質 17.1 g 脂質 16.9 g 塩分 2.9 g	エネルギー 326 Kcal 蛋白質 13.8 g 脂質 14.1 g 塩分 2.8 g	エネルギー 508 Kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 32.9 g 塩分 3.6 g	エネルギー 225 Kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 11.4 g 塩分 2.9 g	エネルギー 411 Kcal 蛋白質 15.7 g 脂質 21.9 g 塩分 2.3 g
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		
<b>鶏の黒胡麻カレー焼き 春雨サラダ</b>	<b>エビカツ&amp;串カツ ナポリタン</b>	<b>メンチカツ 大豆トマト煮</b>		
エネルギー 461 Kcal 蛋白質 22.1 g 脂質 33.0 g 塩分 2.4 g	エネルギー 335 Kcal 蛋白質 14.6 g 脂質 13.0 g 塩分 2.9 g	エネルギー 321 Kcal 蛋白質 14.7 g 脂質 13.8 g 塩分 2.7 g		

## INFORMATION

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

(お客様のお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**  
 TEL:059-333-8880  
 FAX:059-330-2117