


# 2022 7 月号 Menu

月	火	水	木	金	土
<p>※お届けしたお弁当は、涼しい所に保管し、食品衛生上 午後1時迄にお召上がり下さい。</p> <p>※弁当容器は電子レンジに対応していません。 </p> <p>※弁当容器は自動洗浄致しますので、使用後のお箸は 弁当容器に入れないようお願い致します。</p>				<p>1</p> <p>エビフライ 枝豆入オムレツ ミートボール</p> <p>270 kcal 脂質 15.1g 塩分 2.3g</p>	<p>2</p> <p>休業</p>
<p>4</p> <p>フライドチキン (タルタル) 白菜と小松菜のお浸し マカロニサラダ</p> <p>435 kcal 脂質 26.5g 塩分 3.2g</p>	<p>5</p> <p>照焼ハンバーグ イカフライ たらこスパゲッティ</p> <p>368 kcal 脂質 17.3g 塩分 2.9g</p>	<p>6</p> <p>ミートコロッケ 濃厚チーズINオムレツ ソース焼そば</p> <p>280 kcal 脂質 13.2g 塩分 2.4g</p>	<p>7</p> <p>和菜ミンチカツ タラ照焼 ひじきと根菜のサラダ</p> <p>298 kcal 脂質 15.8g 塩分 3.0g</p>	<p>8</p> <p>エビトロカツ 小松菜と白菜のツナ和え レンコン金平</p> <p>361 kcal 脂質 20.3g 塩分 2.2g</p>	<p>9</p> <p>休業</p>
<p>11</p> <p>とんかつ 筈とごぼうのおかか和え 高野豆腐</p> <p>332 kcal 脂質 20.6g 塩分 2.1g</p>	<p>12</p> <p>中華弁当 フョーハイ 焼売 肉団子 ギョーザ</p> <p>298 kcal 脂質 15.1g 塩分 2.2g</p>	<p>13</p> <p>絹豆腐ハンバーグ (きのこあんかけ) 鶏竜田揚 きんぴらごぼう</p> <p>397 kcal 脂質 26.1g 塩分 3.6g</p>	<p>14</p> <p>肉じゃがコロッケ 照焼つくね おくらとわかめのわさび和え</p> <p>377 kcal 脂質 17.7g 塩分 3.3g</p>	<p>15</p> <p>海老たっぷりフライ プレーンオムレツ 五目煮</p> <p>267 kcal 脂質 14.8g 塩分 1.9g</p>	<p>16</p> <p>休業</p>
<p>18</p> <p>休日</p>	<p>19</p> <p>デミグラソース ハンバーグ エビフライ たらこスパゲッティ</p> <p>368 kcal 脂質 17.1g 塩分 2.7g</p>	<p>20</p> <p>ベーコンジャーマン ポテトフライ さば生姜煮 塩焼そば</p> <p>362 kcal 脂質 20.7g 塩分 2.3g</p>	<p>21</p> <p>ビーフミンチカツ 野菜の中華旨煮 マカロニサラダ</p> <p>446 kcal 脂質 30.2g 塩分 3.1g</p>	<p>22</p> <p>中華弁当 焼売 かに玉 肉団子 ギョーザフライ ウィンナー</p> <p>315 kcal 脂質 16.9g 塩分 2.1g</p>	<p>23</p> <p>休業</p>
<p>25</p> <p>ロースとんかつ ジェノバ風オムレツ シーフードスパゲッティ</p> <p>261 kcal 脂質 11.7g 塩分 2.3g</p>	<p>26</p> <p>アジフライ キャベツ焼 菜の花ごま和え</p> <p>306 kcal 脂質 15.8g 塩分 1.9g</p>	<p>27</p> <p>キャベツ鶏ミンチカツ ポテトサラダ おくらとわかめのわさび和え</p> <p>317 kcal 脂質 17.5g 塩分 3.4g</p>	<p>28</p> <p>さば照煮 ハムカツ 高野豆腐の玉子とじ</p> <p>364 kcal 脂質 20.2g 塩分 2.3g</p>	<p>29</p> <p>デミグラソース ハンバーグ コーンコロッケ チンゲン菜とカニカマのお浸し</p> <p>342 kcal 脂質 19.2g 塩分 2.6g</p>	<p>30</p> <p>休業</p>