

# 6月menu



今月の  
スペシャルデー

1日(木)  
キーマカレー  
クノーデル

キーマカレーをポテトで包んだコロッケ

## おたのしみランチ

毎日頼める定番メニュー



・冷やし鶏天そば  
カロリー-466kcal  
370円(税込400円)

・冷やし鶏天うどん  
カロリー-464kcal  
370円(税込400円)



・カツカレー  
476円(税込514円)

・カレー  
333円(税込360円)

・豚テキDON カロリー-629kcal  
370円(税込400円)

の付いているものはレンジで温められます

ご注文は前日16時までをお願いします。



月	火	水	木	金
			1 キーマカレークノーデル 749kcal	2 ハンバーグ和風きのこソース 730kcal
			・春雨サラダ ・若芽のナムル	・明太しらすパゲティ ・小松菜の煮浸し
			たんぱく質 13.4g 炭水化物 128.7g	たんぱく質 21.8g 炭水化物 120.1g
5 牛焼肉おろしソース 800kcal	6 ハムとチーズのクラッシュハムカツ 742kcal	7 鯖の味噌煮 853kcal	8 チキン南蛮 776kcal	9 カレーの唐揚げ 617kcal
・ナポリタン ・大根のごま酢和え	・あさりのチャブチェ ・ピリ辛切干大根サラダ ・若芽の酢の物	・さつま芋天 ・甘辛肉団子	・ピリ辛そぼろパゲティ ・インゲンの胡麻味噌和え	・大根のカニカマあん ・こんやくステーキ
たんぱく質 25.2g 炭水化物 111.9g	たんぱく質 17.4g 炭水化物 114.6g	たんぱく質 26.5g 炭水化物 120.3g	たんぱく質 24.2g 炭水化物 128.3g	たんぱく質 20.4g 炭水化物 108.8g
12 豚玉ねぎ串カツ 765kcal	13 アジimirin 醤油漬焼き 682kcal	14 天ぷらおろしあん 653kcal	15 根菜つくねバーグ 738kcal	16 明太子ポテトサラダロール 716kcal
・和風カレー ・ター菜のナムル	・京風がんも ・ささみチーズフライ	・田舎煮 ・小松菜の煮浸し	・チキンカツ ・インゲンのごま和え	・春雨のカレー炒め ・チンゲン菜とザーサイの和え物
たんぱく質 18.8g 炭水化物 119.5g	たんぱく質 24.5g 炭水化物 120.6g	たんぱく質 16.2g 炭水化物 115.2g	たんぱく質 22.5g 炭水化物 125.1g	たんぱく質 13.8g 炭水化物 113.9g
19 彩り包みコロッケ 701kcal	20 牛すき煮 760kcal	21 サバ竜田 759kcal	22 ポーク味噌焼き 707kcal	23 秋刀魚の蒲焼き 726kcal
・ボンゴレスパゲティ ・合鴨とキャベツの胡麻酢和え	・中華春雨サラダ ・小松菜とカニかまの煮びたし	・大根のそぼろあん ・若芽の酢の物	・和風のリパスタ ・切干大根	・麻婆豆腐 ・オクラの塩昆布和え
たんぱく質 13.3g 炭水化物 122.9g	たんぱく質 20.2g 炭水化物 115.5g	たんぱく質 22.2g 炭水化物 108.1g	たんぱく質 21.4g 炭水化物 114.6g	たんぱく質 20.3g 炭水化物 111.7g
26 豚肉ときくらげの玉子炒め 691kcal	27 ひれかつ 738kcal	28 大判肉包み野菜あん 669kcal	29 鶏の唐揚げ 750kcal	30 かぼちゃとれんこんの豆腐揚げ 730kcal
・チャブチェ ・若芽のナムル	・中華あんかけ ・秋刀魚の甘露煮	・明太高菜スパゲティ ・スクランブルエッグ	・じゃが芋のそぼろあん ・インゲンのソテー	・豚肉と大根の煮物 ・ツナマリネ
たんぱく質 17.8g 炭水化物 109.2g	たんぱく質 20.5g 炭水化物 115.9g	たんぱく質 17.5g 炭水化物 125.8g	たんぱく質 22.1g 炭水化物 117.4g	たんぱく質 17.6g 炭水化物 121.2g

心をみたく真心の味  
マルコシグループ <http://www.marukosi.jp/>

ご注文  
お問い合わせ

お弁当の容器はレンジ対応ではありませんので、レンジによる温めは、しないようお願い致します。  
食材の都合上、内容を変更する場合がございますので、予め御了承くださいませ。

ごはん  
エネルギー量...386kcal  
たんぱく質...5.8g  
脂質...0.7g  
炭水化物...85.3g  
塩分...0.0g

★栄養価はごはんも含んだ数値です。  
ごはんは全て国産のお米を使用しています。

印刷は今、通販の時代  
印刷通販 ジオプリント  
GEO PRINT  
印刷はネットで ジオプリント  
Paid 法人締め払い決済できます!  
激安なのに支払いも楽々  
ジオプリント