

3月 LADIES MENU

(株)石川弁当

〒210-0822 川崎区田町2-5-5
TEL 044-277-6511 FAX 044-277-6518

<http://www.i-bentou.com>

担当栄養士

石川瑞恵

月	火	水	木	金
3日554kcal イカ野菜カツ ニラ饅頭 人参さつまちゃん きんぴらごぼう みかんシロップ漬	4日541kcal 豚生姜炒め プチトマト ほうれん草白和え パインシロップ漬	5日565kcal ハムステーキ イカリングフライ フランクフルト 海藻サラダ オレンジ	6日556kcal タラの天ぷら 八幡巻 たこちゃんウィンナー きのこ煮 黄桃シロップ漬	7日550kcal おさつコロッケ 豆乳入り五目しんじょ花型 肉団子 れんこん炒め わらび餅
10日543kcal ハンバーグデミグラスソース フライドポテト 竹輪煮 蒸し鶏のサラダ オレンジ	11日556kcal 鶏の竜田揚げ ポークシューマイ チーズ入り焼かまぼこ 切干大根煮 いちご杏仁豆腐	12日558kcal マグロ野菜カツ タレ付き肉団子 花がんも煮 春雨サラダ わんにゃんゼリー	13日559kcal 野菜コロッケ ふくらプレーンオムレツ 人参煮とブロッコリー きんぴらごぼう パイナップル	14日562kcal チキンステーキ おからポテトコロッケハート型 小籠包 ひじき煮 うぐいす豆
17日563kcal ポークカレー 法連草お浸し 黄桃シロップ漬	18日554kcal メンチカツ かぼちゃ煮 水餃子 菜の花胡麻和え 黒豆	19日549kcal 野菜肉巻 青梗菜炒め ポークウィンナー もやしナムル ごま団子	21日569kcal 若鶏唐揚 棒ぎょうざ さつまいも煮 春雨中華サラダ 黄桃シロップ漬	
24日562kcal チキンロールフライ 彩りたけのこシューマイ ミニフランク れんこん炒め 杏仁豆腐	25日547kcal 肉じゃが 菜の花胡麻和え オレンジ	26日553kcal フライドチキン ミートボール ヤングコーンとスナップエンドウ ほうれん草お浸し みかんシロップ漬	27日550kcal チーズインハンバーグ エビフリッター たこやき ひじき田舎煮 いちご大福	28日567kcal ロース豚カツ 粗びきウィンナー 人参煮とブロッコリー パンプキンサラダ パイナップル
31日552kcal ハムカツ 厚焼玉子 八幡巻 山菜煮 オレンジ	 川崎市は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。		 株式会社石川弁当は かわさきSDGsの パートナー企業です	
メニューは急遽変更になる場合があります。食物アレルギーをお持ちの方は、必ずアレルギー相談後にご注文していただきますようお願い致します。				