

7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
 <p>川崎市は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。</p>	<p>1日510kcal</p> <p>イカ野菜カツ 水餃子 花がんも煮 ひじき田舎煮 パインシロップ漬</p>	<p>2日525kcal</p> <p>野菜コロッケ チョップドハム星型 ミートボール ほうれん草お浸し みかんシロップ漬</p>	<p>3日509kcal</p> <p>ロース豚カツ 豆乳入り五目しんじょ花型 八幡巻 切干大根煮 オレンジ</p>	<p>4日503kcal</p> <p>豚生姜炒め ゆでたまご もやしナムル 三色かんてん</p>
<p>7日520kcal</p> <p>夏野菜カレー 枝豆サラダ 黄桃シロップ漬</p>	<p>8日513kcal</p> <p>野菜肉巻 青菜炒め エビの天ぷら 海藻サラダ いちご大福</p>	<p>9日512kcal</p> <p>豚肉ときのご炒め煮 菜の花胡麻和え オレンジ</p>	<p>10日525kcal</p> <p>鶏の竜田揚げ 中華肉団子 小籠包 春雨中華サラダ パインシロップ漬</p>	<p>11日520kcal</p> <p>たっぷりコーンフライ 粗びきウィンナー ポークシューマイ きんぴらごぼう 杏仁豆腐</p>
<p>14日508kcal</p> <p>マグロ野菜カツ 里芋煮 たこちゃんウィンナー 切干大根煮 水まんじゅう</p>	<p>15日517kcal</p> <p>ハムステーキ フライドポテト 枝豆シューマイ マカロニサラダ みかんシロップ漬</p>	<p>16日513kcal</p> <p>若鶏唐揚 ふっくらプレーンオムレツ カレーボール れんこん炒め パイナップル</p>	<p>17日501kcal</p> <p>豚スタミナ炒め ポテトサラダ 黄桃シロップ漬</p>	<p>18日513kcal</p> <p>白身魚フライ やまいもふわふわ焼 豆乳花がんも 菜の花お浸し オレンジ</p>
 <p>川崎市は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。</p>	<p>22日514kcal</p> <p>おさつコロッケ 甘酢あん棒肉団子 トマトさつまちゃん きんぴらごぼう 三色豆</p>	<p>23日503kcal</p> <p>豚ロース生姜焼き 野菜炒め ゆでたまご 山菜煮 わらび餅</p>	<p>24日522kcal</p> <p>ジューシーメンチカツ 枝豆ととうもろこしのつまみ揚げ ミニフランク 蒸し鶏のサラダ 元気ミレービスケット</p>	<p>25日513kcal</p> <p>エビフライタルタルソース かぼちゃ煮 人参さつまちゃん 切干大根煮 黄桃シロップ漬</p>
<p>28日518kcal</p> <p>チキンロールフライ 竹の子シューマイ 豚型かまぼこ れんこん炒め いちご杏仁豆腐</p>	<p>29日510kcal</p> <p>ハンバーグデミグラスソース 豆乳入り五目しんじょ星型 チキンナゲット ほうれん草白和え ごま団子</p>	<p>30日515kcal</p> <p>てりやきチキン コーンソテー ニラ饅頭 ひじき煮 わんにゃんゼリー</p>	<p>31日513kcal</p> <p>白身魚青海苔フライ さつまいも煮 タレ付き肉団子 たまごサラダ みかんシロップ漬</p>	<p>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。</p>