

1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>かわさきSDGs パートナー</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>株式会社石川弁当は かわさきSDGsの パートナー企業です</p> <p>いりばりあんち by Ishikawa</p>	 <p>KAWASAKI SDGs</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>5日558kcal</p> <p>豚のせ飯</p> <p>野菜たっぷりカレー ほうれん草お浸し みかんシロップ漬</p>	<p>6日565kcal</p> <p>ソーセージ焼ソバ</p> <p>チキンロールフライ 法連草入りシューマイ さつまいも煮 れんこん炒め 杏仁豆腐</p>	<p>7日553kcal</p> <p>エビ天丼</p> <p>鶏とじゃがいもの味噌煮 キャベツサラダ 黄桃シロップ漬</p>	<p>8日544kcal</p> <p>のり乗せ飯</p> <p>豚すき煮 人参煮といんげん 菜の花胡麻和え いちご大福</p>	<p>9日554kcal</p> <p>五目御飯</p> <p>ふんわり野菜豆腐寄せ チキンナゲット 花がんも煮 ひじき煮 三色豆</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アレ ルギー相談後、ご注文いた だきますようお願いいたし ます。</p>	<p>13日545kcal</p> <p>どぎやき飯</p> <p>豚生姜炒め 人参さつまちゃん ブロッコリーサラダ オレンジ</p>	<p>14日561kcal</p> <p>スパゲティ ナポリタン</p> <p>チキンステーキ フライドポテト フランクフルト ツナサラダ わんにゃんゼリー</p>	<p>15日556kcal</p> <p>かしわ飯</p> <p>おさつコロッケ 竹の子シューマイ 合鴨スライス ほうれん草お浸し みかんシロップ漬漬</p>	<p>16日546kcal</p> <p>ステーキ飯</p> <p>肉じゃが ふくらみブレンオムレツ パインシロップ漬</p>
<p>19日562kcal</p> <p>チキンライス</p> <p>たっぷりコーンフライ ミートボール たこちゃんウィンナー マカロニサラダ 黄桃シロップ漬</p>	<p>20日552kcal</p> <p>梅おろし飯</p> <p>イカ野菜カツ 甘酢あん棒肉団子 豚型かまぼこ きんぴらごぼう みかんシロップ漬</p>	<p>21日558kcal</p> <p>チャーハン</p> <p>若鶏唐揚げ かに玉ボール 鉄板棒ぎょうざ 春雨中華サラダ パイナップル</p>	<p>22日550kcal</p> <p>鶏手羽先</p> <p>エビフライタルタルソース 八幡巻 れんこん煮 ひじき田舎煮 元気ミレービスケット</p>	<p>23日567kcal</p> <p>スパゲティ ペペロニセ</p> <p>ハンバーグデミグラスソース ハムサンドフライ コーンソテー 海藻サラダ オレンジ</p>
<p>26日548kcal</p> <p>鶏と野菜のクリーム煮 ハムステーキ パインシロップ漬</p>	<p>27日554kcal</p> <p>豚丼</p> <p>白身魚フライ たまごロール 豆乳入り五目しんじょ花型 もやしナムル ごま団子</p>	<p>28日557kcal</p> <p>びびき飯</p> <p>野菜肉巻 キャベツ炒め エビフリッター 切干大根煮 オレンジ</p>	<p>29日565kcal</p> <p>肉焼ソバ</p> <p>ジュシーメンチカツ 水餃子 中華肉団子 ポテトサラダ みかんシロップ漬</p>	<p>30日553kcal</p> <p>五目御飯</p> <p>かぼちゃコロッケ だしのよく染む豆乳がんも ポークウィンナー ほうれん草白和え わらび餅</p>