

# 2月

# 日替りLUNCH

月	火	水	木	金	土
			<b>1</b> 388Kcal <b>洋風弁当</b> 鶏肉と根菜のトマト煮 チーズインハンバーグ ハムと野菜のソテー	<b>2</b> 362Kcal <b>野沢菜ごはん</b> 樺太マス塩焼き ふっくらオムレツ 北海道肉じゃがコロッケ	土曜日はおまかせメニューです
<b>5</b> 378Kcal <b>麻婆茄子</b> ワカメのお魚コロッケ 菜の花オムレツ チキンボール	<b>6</b> 371Kcal 茄子と豚肉の辛みそ炒め <b>フライドチキン</b> 切り干し大根 シーチキンサラダ	<b>7</b> 375Kcal <b>大きなハンバーグ</b> ミートデミグラソース <b>アジフライ</b> ソース焼きそば	<b>8</b> 386Kcal <b>中華弁当</b> 肉団子の酢豚 <b>エビチリ春巻き</b> シュウマイ	<b>9</b> 369Kcal 豆腐と野菜のうま煮 <b>豚ロース豆板醤</b> <b>野菜コロッケ</b> シーフードがんも	
<b>12</b> <b>振り替え休日</b>	<b>13</b> 366Kcal <b>チキンカツ</b> <b>五目巾着</b> 玉ねぎさつま揚げ コーンと法連草のナムル	<b>14</b> 370Kcal <b>バレンタインデー</b> <b>ハートオムレツ</b> <small>クリームチーズチキン包みカツ</small> <b>ほんの気持ちチョコ</b>	<b>15</b> 364Kcal <b>和風弁当</b> 鶏肉と大根煮 <b>サバの照り焼き</b> ごま高菜ともやし和え	<b>16</b> 375Kcal <b>若鶏のからあげ</b> ハンバーグトマトソース <b>シマホッケ焼き</b> <b>メンマの中華味</b>	
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<div style="text-align: center;"> <h2 style="color: red;">(株)石川弁当</h2> <p>〒210-0822 川崎市川崎区田町2-5-5            TEL 044-277-6511 FAX 044-277-6518            info@i-bentou.com            担当栄養士 石川瑞恵</p> </div>		
<b>366Kcal</b> 北海道カレーコロッケ 豚肉とキャベツの煮物 <b>アジの塩焼き</b> マカロニサラダ	<b>378Kcal</b> <b>豚キムチ炒め</b> <b>ジャンボ餃子</b> <b>サンマの竜田揚げ</b> サトイモのそぼろ煮	<b>364Kcal</b> <b>親子煮</b> <b>ごぼうの鶏つくね</b> <b>かぼちゃの天ぷら</b> 切り干し大根			

「お米マイスター」厳選の国産こしひかりをこだわりの前日精米でふっくら炊き上げてます

<http://www.i-bentou.com> ライスのkcalは約450kcalです。

キリトリヤン

御社のお休みをお知らせください。E-mail: info@i-bentou.com

種

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水