

# 4月



# (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>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>1日424kcal イカ野菜カツ タレ付き肉団子 花がんも煮 きんぴらごぼう 黄桃シロップ漬</p> <p><b>豚丼</b></p>	<p>2日418kcal 肉じゃが 菜の花胡麻和え パインシロップ漬</p> <p><b>エビ天丼</b></p>	<p>3日438kcal チキンステーキ フライドポテト コーゲンポークソーセージ キャベツサラダ オレンジ</p> <p><b>スパゲティ ポロネーゼ</b></p>
<p>6日430kcal 野菜たっぷりカレー もやしお浸し 黄桃シロップ漬</p> <p><b>豚夕の巻飯</b></p>	<p>7日427kcal かぼちゃの天ぷら 八幡巻 豆乳入り五目しんじょ花型 山菜煮 パイナップル</p> <p><b>五目しんじょ</b></p>	<p>8日419kcal 豚ロース生姜焼き 野菜炒め 人参煮といんげん 大豆煮 黄桃シロップ漬</p> <p><b>のり巻飯</b></p>	<p>9日433kcal チキンハムカツ 肉シューマイ ごぼう巻煮 ひじき田舎煮 みかんシロップ漬</p> <p><b>肉焼ソバ</b></p>	<p>10日426kcal 鶏の竜田揚 チョップドハム星型 豆乳がんも煮 ポテトサラダ パインシロップ漬</p> <p><b>おからご飯</b></p>
<p>13日423kcal さつまいもコロック 甘酢あん棒肉団子 厚焼玉子 切干大根煮 みかんシロップ漬</p> <p><b>枝豆の巻飯</b></p>	<p>14日426kcal エビフライタルタルソース 桜島鶏つくね 揚げボール 春雨サラダ 黄桃シロップ漬</p> <p><b>びびぎ飯</b></p>	<p>15日428kcal 海鮮ステーキ チキンナゲット しいたけ煮 菜の花お浸し パインシロップ漬</p> <p><b>焼うどん</b></p>	<p>16日437kcal ハンバーグ醤油ソース ふっくらプレーンオムレツ おからポテト(星型) マカロニサラダ オレンジ</p> <p><b>エミライス</b></p>	<p>17日429kcal 野菜肉巻 もやし炒め 揚げ餃子 ほうれん草胡麻和え 三色豆</p> <p><b>親子丼</b></p>
<p>20日420kcal 鶏と野菜のトマトクリーム煮 ハムステーキ パイナップル</p> <p><b>鶏唐揚げ</b></p>	<p>21日437kcal チキンロールフライ ポークシューマイ たこちゃんウィンナー れんこん炒め うぐいす豆</p> <p><b>ソース焼ソバ</b></p>	<p>22日420kcal 若鶏唐揚 絹厚揚げ煮 豆ちくわ煮 ほうれん草白和え オレンジ</p> <p><b>雙じょうろ飯</b></p>	<p>23日425kcal 白身魚フライ 豆腐ハンバーグ 合鴨スライス 切干大根煮 みかんシロップ漬</p> <p><b>かしわ飯</b></p>	<p>24日424kcal 豚生姜炒め にんじんさつまちゃん 蒸し鶏サラダ 黄桃シロップ漬</p> <p><b>ごまご飯</b></p>
<p>27日436kcal ハンバーグデミグラスソース スマイルポテト ちくわ煮 ツナサラダ オレンジ</p> <p><b>スパゲティ ナポリタン</b></p>	<p>28日429kcal ハムマヨたまごフライ 中華肉団子 豚型かまぼこ きんぴらごぼう みかんシロップ漬</p> <p><b>豚まぼこ飯</b></p>		<p>30日433kcal ジュシーメンチカツ 小籠包 海鮮イカ団子 春雨中華サラダ パインシロップ漬</p> <p><b>チャーハン</b></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>