

6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
1日438kcal チキンロールフライ 中華肉団子 水餃子 れんこん炒め 黄桃シロップ漬	2日423kcal 親子丼 厚切りハムカツ 竹の子シューマイ 絹厚揚げ煮 切干大根煮 パイナップル	3日417kcal 雙シメツ飯 豚もやし炒め トマトさつまちゃん 菜の花胡麻和え みかんシロップ漬	4日429kcal 豚丼 イカ野菜カツ 桜島鶏つくね ポークウィンナー もやしナムル オレンジ	5日430kcal チキンライス ハンバーグデミグラスソース フライドポテト 木の葉しんじょ きんぴらごぼう 黒豆
8日433kcal 豚のせ飯 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	9日425kcal おぼろ丼 おさつコロッケ ニラ饅頭 花がんと煮 春雨サラダ うぐいす豆	10日428kcal 焼うどん シューシーメンチカツ ごぼう巻煮 八幡巻 ひじき炒め煮 黄桃シロップ漬	11日424kcal 枝豆かめ飯 チキンカツ 豆乳がんも煮 タレ付き肉団子 切干大根煮 パインシロップ漬	12日418kcal のり巻せ飯 豚生姜炒め にんじんさつまちゃん 山菜煮 みかんシロップ漬
15日421kcal 春捲パン 鶏と野菜のトマトクリーム煮 ハムステーキ パインシロップ漬	16日427kcal かしわ飯 エビフライ 甘酢あん棒肉団子 厚焼玉子 ほうれん草白和え みかんシロップ漬	17日422kcal ふりかけ飯 ハンバーグトマトソース たまごロール おからポテトハート型 大豆煮 パインシロップ漬	18日435kcal スパゲティポロネーゼ 野菜コロッケ チョップドハム星型 ミートボール 海藻サラダ 黄桃シロップ漬	19日426kcal 雙シメツ飯 鶏の竜田揚げ ふんわり野菜豆腐寄せ 粗びきウィンナー もやし炒め パイナップル
22日426kcal おかが飯 たっぷりコーンフライ 野菜肉巻 揚げボール マカロニサラダ オレンジ	23日426kcal ひじき飯 海鮮ステーキ チキンナゲット 合鴨スライス きんぴらごぼう 三色豆	24日420kcal ごまお飯 豚ロース生姜焼き 野菜炒め 豆乳入り五目しんじょ花型 切干大根煮 パイナップル	25日419kcal エビ天丼 肉じゃが 菜の花胡麻和え みかんシロップ漬	26日431kcal 肉焼ソバ チキンステーキ コーンソテー 肉シューマイ ポテトサラダ 黄桃シロップ漬
29日424kcal わかめ飯 ロース豚カツ チーズ入り棒つくね ちくわ煮 きのこしらたき煮 黒豆	30日432kcal スパゲティナポリタン 若鶏唐揚 タレ付き肉団子 ミニフランク ツナサラダ みかんシロップ漬	 <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>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>かわさきSDGs パートナー 川崎市は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。</p>