

7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>KAWASAKI SDGs 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>1日420kcal</p> <p>ハンバーグトマトソース ゆでたまご チキンナゲット きんぴらごぼう オレンジ</p>	<p>2日423kcal</p> <p>豚スタミナ炒め トマトさつまちゃん 菜の花お浸し パインシロップ漬</p>	<p>3日421kcal</p> <p>野菜コロッケ ハムステーキ 花三色かまぼこ もやしナムル 黄桃シロップ漬</p>
	<p>6日432kcal</p> <p>夏野菜カレー ほうれん草お浸し みかんシロップ漬</p>	<p>7日435kcal</p> <p>チキンステーキ 星型コロッケ ミニフランク 海藻サラダ 星型杏仁豆腐</p>	<p>8日424kcal</p> <p>かぼちゃの天ぷら 甘酢あん棒肉団子 花がんと煮 春雨中華サラダ 元気ミレービスケット</p>	<p>9日419kcal</p> <p>海鮮ステーキ 八幡巻 おからポテト 切干大根煮 黄桃シロップ漬</p>
<p>13日422kcal</p> <p>鶏肉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</p>	<p>14日430kcal</p> <p>ローズ豚カツ 彩り竹の子シューマイ 揚げボール ほうれん草白和え わんにゃんゼリー</p>	<p>15日418kcal</p> <p>豚生姜炒め にんじんさつまちゃん コーンサラダ パイナップル</p>	<p>16日434kcal</p> <p>厚切ハムカツ ふっくらプレーンオムレツ ミートボール きんぴらごぼう みかんシロップ漬</p>	<p>17日428kcal</p> <p>鶏の竜田揚 豆乳がんと煮 肉シューマイ わかめの酢の物 オレンジ</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>	<p>21日426kcal</p> <p>ジューシーメンチカツ ごぼう巻煮 合鴨スライス ポテトサラダ 黄桃シロップ漬</p>	<p>22日429kcal</p> <p>チキンロールフライ ニラ饅頭 絹厚揚げ煮 菜の花お浸し 黒豆</p>	<p>23日421kcal</p> <p>野菜肉巻 もやし炒め チョップドハム星型 きのこしらたき煮 ごま団子</p>	<p>24日427kcal</p> <p>イカ野菜カツ 桜島鶏つくね チーズ入り焼かまぼこ ひじき煮 水まんじゅう</p>
<p>27日424kcal</p> <p>枝豆たっぷりステーキ おさつコロッケ タレ付き肉団子 ツナサラダ パイナップル</p>	<p>28日436kcal</p> <p>若鶏唐揚 小籠包 かぼちゃ煮 れんこん炒め 杏仁豆腐</p>	<p>29日425kcal</p> <p>エビフライタルタルソース チーズ入り棒つくね たまごロール じゃがいものトマト煮 わらび餅</p>	<p>30日423kcal</p> <p>豚ローズ生姜焼き 野菜炒め 豆乳入り五目しんじょ花型 ほうれん草胡麻和え みかんシロップ漬</p>	<p>31日434kcal</p> <p>ハンバーグデミグラスソース スマイルポテト 粗びきウィンナー マカロニサラダ うぐいす豆</p>