


11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428kcal ソース焼 フライドチキン ハムステーキ こぶき芋 れんこん炒め みかんシロップ漬	2日436kcal カツカレー キャベツサラダ 黄桃シロップ漬	
6日414kcal おかがざ飯 野菜コロッケ 味噌味つくね ポークウィンナー 山菜煮 オレンジ	7日421kcal 五目御飯 豆腐ハンバーグ 海苔巻チキン 里芋煮 ポテトサラダ 黄桃シロップ漬	8日425kcal ひじき飯 おさつコロッケ タレ付き肉団子 たこちゃんウィンナー ほうれん草白和え うぐいす豆	9日416kcal 刻み海苔飯 豚生姜炒め プチトマト 白菜胡麻和え パインシロップ漬	10日427kcal エビ天丼 野菜肉巻 花がんも煮 厚焼玉子 切干大根煮 昆布豆
13日419kcal 雙ピーク飯 肉じゃが ふっくらプレーンオムレツ フルーツポンチ	14日433kcal チャームン 若鶏唐揚 甘酢あん棒肉団子 しいたけ煮 春雨中華サラダ うぐいす豆	15日424kcal 焼うどん ポテトチキンロール 豆腐ナゲット 人参煮とブロッコリー ひじき五目煮 パインシロップ漬	16日438kcal チャームライス ハムステーキ エビフリッター ミートボール マカロニサラダ 白花豆	17日423kcal 和菜メンチカツ 五目しんじょ 人参煮 コーンサラダ 黄桃シロップ漬
20日416kcal ひじき飯 かぼちゃの天ぷら 八幡巻 粗びきウィンナー もやしお浸し みかんシロップ漬	21日420kcal チャームライス 白身魚フライタルタルソース ポークシューマイ にんじんさつまちゃん わかめサラダ うずら豆	22日422kcal おかがざ飯 鶏の竜田揚げ 野菜炒め ゆで卵 きんぴらごぼう オレンジ	11月 	24日431kcal 雙ピーク飯 鶏と野菜のクリーム煮 大きな肉団子 パインシロップ漬
27日418kcal わかめ飯 豚甘醤油炒め トマトさつまちゃん 菜の花胡麻和え 白花豆	28日436kcal チャームライス ビーフシチュー コールスローサラダ オレンジ	29日427kcal 双ピーク飯 ハンバーグトマトソース フライドポテト ウィンナー さつま芋サラダ 三色豆	30日415kcal 双ピーク飯 豚すき煮 人参煮といんげん 星型コロッケ フルーツポンチ	メニューは急遽変更になる場合があります。コロナの影響等で予定していた品が納品できないことがあります。食物アレルギーをお持ちの方は必ずアレルギー除去食を申し込んでください。