

# 10月

# メニュー

NISSHIN  
Oillio  
"植物のチカラ"

吸油が少ない  
フライ油  
で揚げています

油切

おすすめ

<p>10/11(月) 豆腐ステーキ仙台味噌添え 蒸し鶏とピーマンの和え物 桜エビと野菜のかき揚げ 切干大根のサラダ ふきの土佐煮 熱量/426 k cal</p>	<p>10/12(火) フレッシュキャベツの回鍋肉 豆腐と青梗菜の旨煮 チリソース春巻き ザーサイとわかめの中華和え ピリ辛メンマ 熱量/520 k cal</p>	<p>10/13(水) チーズソースの大きな明太子フライ 洋食屋さんのナポリタン 菜の花のおひたし 五目大豆煮 ひじきといんげんの炒め煮 熱量/528 k cal</p>	<p>10/14(木) ハッシュドポーク さわらの胡麻味噌焼き ハムとポテサラ包み揚げ 五品目の切り昆布煮 小松菜のピリ辛和え 熱量/515 k cal</p>	<p>10/15(金) 豚肉の生姜焼 ポルチーニ香るクリームフライ 三色野菜の和風和え ホッケの塩焼 大根と椎茸の旨煮 熱量/524 k cal</p>	<p>10/16(土) マーボー豆腐 春雨カレー炒め ひじきと麩の煮物 熱量/487 k cal</p>
<p>10/18(月) 九州醤油味のハムステーキ おさつコロッケ カレーときのこのクリーム煮 肉野菜創味シャンタン炒め 切干大根煮 熱量/598 k cal</p>	<p>10/19(火) チキンステーキ照焼ソース 塩だれカルビメンチ 野菜の胡麻和え 彩り野菜の春雨炒め れんこんキンピラ 熱量/525 k cal</p>	<p>10/20(水) ハンバーグガーリックマトソース 磯の香かおるふっくら白身フライ スパゲティサラダ ゴマ高菜とコンニャク炒め 人参グラッセ 熱量/655 k cal</p>	<p>10/21(木) 美味しい彩 エビミックスフライ 自家製タルタルソース 照焼ミートボール ベーコンとブロッコリーのカレー炒め 熱量/530 k cal</p>	<p>10/22(金) 若鶏のみぞれ和え 骨までやわらかサバ味噌煮 さつまあげとねじりこんにやく 白だしキャベツ 春雨と青梗菜のクリーム煮 熱量/496 k cal</p>	<p>10/23(土) 豚肉のプルコギ風 アジフライ 水餃子 熱量/520 k cal</p>

おすすめ

10月13日(水) 明太子をふんわりたっぷり チーズソースを包んでおいしく揚げました♪  
10月21日(木) 海老と野菜のおいしさをすり身に混ぜ込みやわらか食感に仕上げました  
自家製タルタルソースでお召し上がりください。

※当店では毎日必要な野菜の1/3(120g)を目安にメニューを構成しております。

当社のお弁当は、お肉、魚、野菜と常にバランスを重視しています。

※食中毒防止にご協力を、お願いします。  
昼食は配達当日の午後1時までにお召し上がりください。  
お弁当の主役であるお米は産地を厳選し、  
国産コシヒカリ100%を前日自社にて精米しております。

※仕入れの都合により内容を変更することがあります。

※表中のカロリーにはライスは含まれていません。



## 千成食品 株式会社

埼玉県草加市吉町4-4-43

TEL 048-920-5930

FAX 048-929-5580