

# 6.7月

# メニュー

NISSHIN  
oilio  
"植物のチカラ"

吸油が少ない  
フライ油  
で揚げています

油切り

インフライト

大人気

インフライト

和風/肉類

6/27(月)  
ネギ塩レモン香るささみフライ  
**青椒肉絲**  
ミニしゅうまい  
ソース焼そば  
五目切干煮  
熱量/445 k cal

6/28(火)  
**豚肉の生姜焼**  
夏野菜がたっぷり入った  
**カレーコロッケ**  
三角さつまと豆乳がんも  
ひじきと大豆煮  
熱量/460 k cal

6/29(水)  
やわらかチキンの  
**大きなカツレツ**  
自家製マスタードソース  
春雨と白菜のクリーム煮  
竹の子とちくわのきんぴら  
熱量/497 k cal

6/30(木)  
**極旨チーズINメンチ**  
じっくり煮込んだハッシュドポーク  
大根サラダ  
人参グラッセ  
ほうれん草とコーンソテー  
熱量/485 k cal

7/1(金)  
のりからめんたい弁当  
**自家製タルタルソース**  
明太パックと味付け海苔  
きんぴらごぼう  
味付けおかか  
熱量/524 k cal

7/2(土)  
**中華春巻き**  
粗びきつくねのたまねぎソース  
オホーツク海産サーモン塩焼き  
熱量/498 k cal

7/4(月)  
**麻婆茄子**  
**ハムポテトフライ**  
枝豆と豆腐のハンバーグ  
わかめとカニカマの酢の物  
五品目の切り昆布煮  
熱量/477 k cal

7/5(火)  
完熟トマトの濃厚ソースフライ  
**キーマカレー**  
イカとキャベツのペペロンチーノ  
春雨シルバーサラダ  
細切り昆布とオクラ和え  
熱量/533 k cal

7/6(水)  
**ロコモコ風**  
**ハンバーグ&目玉焼**  
ピーマンとこんにゃくの  
ピリ辛炒め煮  
スパゲティサラダ  
熱量/508 k cal

7/7(木)  
**肉団子の照焼**  
**夏野菜のかき揚げ**  
サバの西京風味噌漬け  
野菜の胡麻和え  
ピーマンのおかか煮  
熱量/435 k cal

7/8(金)  
**若鶏の唐揚げ**  
**中華オニオンソース**  
レンコン炒め  
担々麺風パスタ  
ザーサイとオクラ和え  
熱量/486 k cal

7/9(土)  
**アジフライとイカフライ**  
ハムステーキ&タルタルソース  
厚揚げさっぱりおろし  
熱量/555 k cal

小暑を控えこれから暑い時期を迎えます。がんばって働く皆様へ、おいしさと健康に配慮した 夏を乗り切る おすすめ2週間メニュー で応援します ♪  
※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