

6/16 39'sDay



一食一笑 すみよし GROUP

FRESH LUNCH 39

2023

6月12日



6月23日

お弁当メニュー表

すみよしグループ

検索

～あいランチ～



スマホで
メニューが
見られます!

毎週土曜日は「おまかせメニュー」でお届けします。

6月12日 (月)

★キャバツメンチカツ

- ・鯖の胡麻焼き
- ・イカじゃが
- ・ごぼうの酢の物

339kcal/ たんぱく質 14g 脂質 14.9g

6月19日 (月)

★ソースとんかつ

- ・いか大根煮
- ・ちくわと蒟蒻のきんぴら
- ・豆サラダ



397kcal/ たんぱく質 17.2g 脂質 21.5g

6月13日 (火)

★クリームフライ

- ・ビーフンカレー炒め
- ・ひじき煮
- ・ホウレン草の煮浸し

340kcal/ たんぱく質 9.6g 脂質 17.7g

6月20日 (火)

★カレールーフライ

- ・塩焼きそば
- ・ごぼうサラダ
- ・茎わかめの酢の物



353kcal/ たんぱく質 10.1g 脂質 18g

6月14日 (水)

★3種野菜のかき揚げ

- ・ホッケの照り焼き
- ・蓮根サラダ
- ・さつま揚げのきんぴら

304kcal/ たんぱく質 10.1g 脂質 14.4g

6月21日 (水)

★野菜コロッケ

- ・ぜんまい煮
- ・インゲンそぼろ炒め
- ・さつま芋サラダ



346kcal/ たんぱく質 9.4g 脂質 14.9g

6月15日 (木)

★ハンバーグトマトソース

- ・海老カツ
- ・バンサンスー
- ・小松菜のおかか煮



409kcal/ たんぱく質 19.5g 脂質 18.4g

6月22日 (木)

★鶏の味噌焼き

- ・蒟蒻と椎茸の煮物
- ・マカロニサラダ
- ・わかめと枝豆生姜醤油和え

326kcal/ たんぱく質 16.8g 脂質 18.9g

6月16日 (金)

★鶏唐揚げ南蛮あんかけ

- ・グラタン
- ・ペパロンチーノスパゲティ
- ・野菜トマト煮

39'sDay



427kcal/ たんぱく質 20.5g 脂質 21.9g

6月23日 (金)

★3種野菜のかき揚げ

- ・うどん
- ・肉じゃが
- ・玉子ロール



280kcal/ たんぱく質 6.6g 脂質 9.3g

人気メニュー

人気メニュー



おすすめ

パック容器

パックでお届け
致します。

暮らしをサポートする情報いっぱい

一食一笑

一食一笑 すみよし GROUP

FRESH LUNCH 39

有限会社 ランチサービス

- ・国産米を使用(米トレーサビリティー法に準じ表示)
- ・献立内容は、食材等の都合により変更になる場合があります。
- ・食材衛生上、当日午後1時までにはお召上がりください。
- ・万一本品が品切れの場合はご注文をお断りさせて頂く事がございます。

丸岡店 TEL.0776-66-3355 FAX.0776-66-3038