



# 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。

### 5月29日 (月)

#### ★ハンバーグ&野菜コロッケ

- ・切干大根煮
- ・ごぼうサラダ
- ・茄子の煮浸し

人気メニュー



385kcal/ たんぱく質 15.6g 脂質 19.2g

### 6月5日 (月)

#### ★ポークカレー

- ・コーンたっぷりフライ
- ・海藻サラダ
- ・小松菜の煮浸し



301kcal/ たんぱく質 11g 脂質 13g

### 5月30日 (火)

#### ★3種野菜のかき揚げ

- ・チキンフランク
- ・マーボー春雨
- ・ポテトサラダ



386kcal/ たんぱく質 12g 脂質 18.4g

### 6月6日 (火)

#### ★肉団子の酢豚

- ・シューマイ天&揚げギョウザ
- ・春雨サラダ
- ・ビビンバ炒め

おすすめ



382kcal/ たんぱく質 12.8g 脂質 17g

### 5月31日 (水)

#### ★牛メンチカツ

- ・3種煮物盛り合わせ
- ・きのこスパゲティー
- ・蓮根サラダ

311kcal/ たんぱく質 8.6g 脂質 14.2g

### 6月7日 (水)

#### ★鶏の竜田揚げ油淋鶏ソース

- ・うどん
- ・蓮根のきんぴら
- ・手作り卵の花



453kcal/ たんぱく質 22.5g 脂質 23g

### 6月1日 (木)

#### ★ハムカツ

- ・いか大根煮
- ・じゃがいもミートソースかけ
- ・ごぼうの酢の物



352kcal/ たんぱく質 11.8g 脂質 14.7g

### 6月8日 (木)

#### ★豚ロース味噌焼き

- ・椎茸と花さつま煮物
- ・マカロニサラダ
- ・切干し大根酢の物



390kcal/ たんぱく質 15.5g 脂質 22.3g

免疫アップ  
ビタミン豊富食材

### 6月2日 (金)

#### ★メンチカツ

- ・マカロニナポリタン
- ・がんも煮
- ・大豆サラダ

452kcal/ たんぱく質 15.3g 脂質 23.7g

### 6月9日 (金)

#### ★アジフライ

- ・オムレツ
- ・塩焼きそば
- ・ポテトサラダ



333kcal/ たんぱく質 11.3g 脂質 14.5g

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