

2017年

# 12月（前半）手作り弁当の『ふじ新』

ご注文は電話03-3352-3960  
FAX03-3352-1780 まで

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日



**12月前半のおすすめメニューは  
12月12日(火)のチキンカツです！！  
おろしポン酢でさっぱりとお召し上がり  
下さい。**

**1**  
メバルのカレー風味揚げ  
豚バラ大根炒め  
麻婆焼きそば  
ねぎ紅生姜天  
胡麻ごぼうサラダ  
**384kcal**

**2**  
チキンのマヨマスタード炒め  
野菜たっぷりポトフ  
とんかつ  
マカロニサラダ  
**407kcal**

**4**  
豚ロース洋風煮込み  
きくらげと玉子炒め  
いかフライ  
カリフラワーのペペロンチーノ  
きゃべつとコーンのサラダ  
**392kcal**

**5**  
チキン南蛮  
タラのケチャップソース  
白菜と豚肉の中華旨煮  
ほうれん草とマッシュルームのソテー  
切干大根の柚子和え  
**399kcal**

**6**  
豚肉と玉ねぎの甘辛ソテー  
ビーフメンチカツ  
ペスカトーレパスタ  
竹の子の土佐煮  
菜の花辛子和え  
**421kcal**

**7**  
アジの南蛮漬け  
牛肉とごぼうの旨煮  
ロールキャベツ  
サーモンソーセージステーキ  
れんこんの明太和え  
**400kcal**

**8**  
肉団子の野菜黒酢あん  
鶏肉の辛味焼き  
桜エビクリームコロッケ  
里芋のナッツ和え  
わかめのナムル  
**401kcal**

**9**  
厚切豚ロースのBBQソース  
鶏もも唐揚げ  
がんもと野菜の煮物  
たまごサラダ  
**384kcal**

**11**  
キハダマグロカツ  
チキンのバジル焼き  
茄子のそぼろ炒め  
卵の花  
ポテトサラダ  
**420kcal**

**12**  
チキンカツ・おろしポン酢  
ポーク韓国風炒め  
高野豆腐煮  
ほうれん草サラダ  
**435kcal**

**13**  
てりたまバーグ  
サバ大葉梅肉フライ  
さつま芋のレモン煮  
ブロッコリーとコーンのサラダ  
**405kcal**

**14**  
チキングリルトマトソース  
すき焼き風コロッケ  
鮭とオクラの和風パスタ  
小松菜とウインナーのソテー  
にんじんマリネ  
**402kcal**

**15**  
豚ロースマスタード焼き  
たっぷりコーンフライ  
豆腐と青菜の生姜炒め  
いか天串  
白菜の塩昆布和え  
**394kcal**



- ・お米は国産米を使用しております
- ・保存料不使用の為、お届け後のお弁当はお早目にお召しあがり下さい
- ・仕入の都合上、メニュー内容を変更する場合がございます。ご了承願います。
- ・上記の表示カロリーは、ライスを含んでおりません。ライス（並盛 200g）のカロリーは336kcalです。
- ・会議用特別弁当、オードブル等お受けいたします。お気軽にお問合せ下さい。
- ・ホームページ：www.t-shokuiku.com

@fuji\_shin1970

facebook 検索は「ふじ新」

