

# 2018年 6月 (後半) 手作り弁当の『ふじ新』

FAX03-3352-1780 まで

月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日



**6月後半のおすすめメニューは**  
**6月26日(火)のカツ煮風&豆腐ハンバーグです!**  
**お電話でのご注文は**  
**03-3352-3960 または 03-5925-8264 まで**

16  
**自家製タルタルの**  
**チキン南蛮**  
 ホッケの塩焼き  
 大根のウィンナーの煮物  
 いんげんおかか和え  
**433kcal**

18  
**豚肉の香草ロースト**  
**白身魚フライ**  
 ゴーヤとパプリカ炒め  
 青菜とぜんまいの煮びたし  
 エンドウ豆のマスタード和え  
**445kcal**

19  
**鶏肉の照り焼き**  
**野菜コロッケ**  
**ナポリタン**  
**にんじんシリシリ**  
 ほうれん草ともやしのナムル  
**398kcal**

20  
**豚肉と夏野菜の煮込み**  
 具たくさんオムレツデミソース  
**白滝と挽肉の炒め煮**  
**ピリ辛れんこん天**  
**キャベツの2色サラダ**  
**320kcal**

21  
**鯖の竜田揚げ**  
 鶏肉と南瓜のクリーム煮  
 ロマネスコカリフラワーのソテー  
**ランチョンミート**  
**たまごサラダ**  
**473kcal**

22  
**牛タン入りハンバーグ**  
**豚肉と小松菜のソテー**  
 えびフリッターオーロラソース  
 高野豆腐ときのこの含め煮  
**タイ風サラダ**  
**413kcal**

23  
**豚ロース梅風味**  
**ミートソースフライ**  
**金平ごぼう**  
**五目巾着**  
 15種のヘルシーサラダ  
**543kcal**

25  
**野菜たっぷり鮭ちゃんちゃん焼き**  
**ジューシーメンチカツ**  
**里芋の胡麻ダレ**  
 ブロッコリーの明太サラダ  
**420kcal**

26  
**カツ煮風**  
**豆腐ハンバーグ**  
**れんこんのチリ炒め**  
**酢味噌和え**  
**462kcal**

27  
**フライドチキンカレー味**  
 さばのコシヒカリ塩麹漬焼き  
 がんもと大根の炊き合わせ  
**枝豆のそぼろ炒め**  
 小松菜とハムの中華サラダ  
**354kcal**

28  
**ポークケチャップ**  
**キハダマグロメンチカツ**  
**野菜たっぷり焼きそば**  
**茄子の揚げ煮浸し**  
**ちくわと胡瓜の和え物**  
**435kcal**

29  
**あじの南蛮漬け**  
**豚肉とザーサイの炒め**  
**筑前煮**  
**しゅうまい**  
**かにかまサラダ**  
**482kcal**

30  
**タンドリーチキン**  
 ウィンナーとキャベツのトマト煮  
**生ちくわの磯部揚げ**  
**れんこんの塩昆布和え**  
**マカロニサラダ**  
**395kcal**

- ・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」

