



おべんとうの花咲 創業66年

Bランチ

 写真は一例です	1(火) 豚肉の生姜焼き ミニコロッケ ペンネミートソース 306kcal 脂質10.4g 蛋白質18.6g 塩分2.5g	2(水) 海老かつ ハムマヨサラダフライ 中華春雨サラダ 376kcal 脂質19.8g 蛋白質9.6g 塩分3.4g	3(木) 豚すき煮 白身魚香草フライ ビーフンカレーソテー 287kcal 脂質7.6g 蛋白質14.4g 塩分4.1g	4(金) ガーリックチキン ソース味スパゲティ きくらげの甘辛煮 308kcal 脂質17.2g 蛋白質13.9g 塩分2.6g	5(土) トマト包みメンチカツ ハムチーズフライ マカロニサラダ 490kcal 脂質31.4g 蛋白質11.8g 塩分3.4g
7(月) チキンカツ パンプキンキッシュ シルバーサラダ 364kcal 脂質19.4g 蛋白質8.6g 塩分3.4g	8(火) ハンバーグ大根おろしソース 春雨タイ風炒め ふきの煮つけ 335kcal 脂質16.7g 蛋白質14.7g 塩分3.4g	9(水) ハッシュドポーク ハヶ岳カニクリームコロッケ トマトソーススパゲティ 436kcal 脂質21.3g 蛋白質11.8g 塩分2.6g	10(木) 鶏天 野菜かき揚げ みそ味チャフチェ 504kcal 脂質33.0g 蛋白質9.8g 塩分2.6g	11(金) 豚肉と玉ねぎのカレー炒め 肉入りコロッケ 切干大根の変わりきんぴら 409kcal 脂質24.0g 蛋白質16.5g 塩分4.3g	12(土) ささみ紫蘇巻きフライ かぼちゃコロッケ 春雨パプリカの中華ソテー 410kcal 脂質23.2g 蛋白質12.8g 塩分2.7g
14(月) キーマカレー 大判肉包み揚げ ポテトサラダ 372kcal 脂質16.7g 蛋白質10.9g 塩分4.0g	15(火) アジフライ 黄金生姜メンチカツ ペンネペペロンチーノ 383kcal 脂質22.4g 蛋白質11.7g 塩分2.3g	16(水) 三元豚ロースかつ 塩味ビーフン わかめと胡瓜の酢の物 358kcal 脂質16.7g 蛋白質12.3g 塩分2.4g	17(木) 牛肉のスタミナ焼き 野菜コロッケ スパゲティナポリタン 320kcal 脂質14.3g 蛋白質11.2g 塩分2.6g	18(金) 油淋鶏 春雨オーロラサラダ 茄子の生姜醤油 449kcal 脂質25.2g 蛋白質8.8g 塩分2.7g	19(土) イカフライ 肉詰めピーマンフライ 中華スパゲティ 389kcal 脂質23.6g 蛋白質11.9g 塩分2.5g
21(月) 	22(火) 	23(水) 	24(木) 二層のチーズソースメンチカツ ハムカツ マカロニサラダ 720kcal 脂質47.1g 蛋白質14.6g 塩分4.6g	25(金) ハヶ岳かにクリームコロッケ 味付きアジフィーレゴマフライ 塩味ビーフン 414kcal 脂質23.1g 蛋白質9.3g 塩分2.5g	26(土) 酢鶏 大判肉包み揚げ 五目豆 346kcal 脂質15.8g 蛋白質11.0g 塩分3.0g
28(月) レモンペッパーチキン もっちり食感チーズコロッケ 和風春雨サラダ 386kcal 脂質21.2g 蛋白質10.7g 塩分3.0g	29(火) 豚しゃぶネギソース 白身魚フライ 切干大根の五目煮 304kcal 脂質12.1g 蛋白質18.4g 塩分3.0g	30(水) 黒胡椒からあげ たらこパスタ 蓮根マスタードサラダ 643kcal 脂質41.9g 蛋白質18.0g 塩分3.2g	※社会情勢や物流状況により容器が変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください	※オードフルやおかずの盛り合せ、会議用の折詰弁当なども承ります。 お気軽にご相談ください。 ※カットみそ汁販売をしています ￥150(税込) 	