

2022
6月

真心込めた手作りの味をお届けします

かりきょうのランチメニュー

ご飯

普通230g 386kcal
大盛360g 605kcal



※ご飯の小盛承ります。
ご注文時にお申し付けください。
値引きはありませんので
ご了承ください。

ご注文のお電話は朝8:00~
17:00の間をお願いします。
※当日のご注文、変更は
9時までをお願いします。

ご注文・お問い合わせ
かりきょうフードサービス
通話料無料
0120 (36) 2400
FAX 0257 (45) 2958
URL
<http://www.karikyo.co.jp/lunchmenu.pdf>
新潟県刈羽郡刈羽村大字下高町566番地

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
<p>■献立は、仕入れの都合等により変更になる場合がございますが、ご了承ください。 ■写真はイメージです。 ■ご飯のエネルギーは含まれておりません。</p>					
<p>混ぜご飯の日 6/7 (火) わかめご飯 お楽しみに~!!</p>		<p>1 キャバツメンチカツ マカロニクチャップ炒め わかめの中華和え エネルギー 309 kcal 食塩 2.6g</p>	<p>2 和風ハンバーグ うずら串フライ 菜の花サラダ エネルギー 303 kcal 食塩 2.9g</p>	<p>3 カリカリささみ揚げ チンゲン菜の塩炒め 枝豆サラダ エネルギー 376 kcal 食塩 2.9g</p>	4
6	7	8	9	10	11
<p>チキン南蛮 きんぴらごぼう ツナ和え エネルギー 389 kcal 食塩 4.2g</p>	<p>わかめご飯 鯖塩焼き 蓮根炒め エビ春巻き エネルギー 290 kcal 食塩 2.9g</p>	<p>ブラックカレーコロッケ のっぺ 山菜おろし和え エネルギー 303 kcal 食塩 3.8g</p>	<p>塩肉じゃが つくね大葉ハンバーグ 辛子和え エネルギー 390 kcal 食塩 2.9g</p>	<p>蓮根挟み揚げ ニラ玉炒め ゆかり和え エネルギー 301 kcal 食塩 4.5g</p>	お
13	14	15	16	17	18
<p>味噌カツ メンマ炒め オクラかまぼこ和え エネルギー 290 kcal 食塩 4.6g</p>	<p>酢豚 子チミ焼 カニ風味サラダ エネルギー 395 kcal 食塩 4.1g</p>	<p>肉団子のキムチあんかけ 大根とさつま揚げ煮 ミートオムレツ エネルギー 352 kcal 食塩 4.2g</p>	<p>カレー チキンカツ ブロッコリーサラダ エネルギー 321 kcal 食塩 3.4g</p>	<p>アジフライ チンジャオロース ポテトチキンロール エネルギー 271 kcal 食塩 2.6g</p>	楽
20	21	22	23	24	25
<p>チキステーキ トマトソース 高野豆腐の煮物 いんげんの胡麻和え エネルギー 303 kcal 食塩 3.2g</p>	<p>串カツ 野菜のそぼろ煮 醤油フレンチ エネルギー 302 kcal 食塩 2.8g</p>	<p>白身魚のサラダ風 車麩の煮物 切干大根の煮物 エネルギー 278 kcal 食塩 4.9g</p>	<p>牛メンチカツ つみれ煮 粒マスタードサラダ エネルギー 375 kcal 食塩 3.9g</p>	<p>鶏の唐揚げ がんもの煮物 キャバツソテー エネルギー 435 kcal 食塩 4.9g</p>	し
27	28	29	30	<p>お願い 土曜日・祝日分のご注文は、 休み前日の12:00までに お願い致します。</p>	
<p>天ぷら盛合せ なすの味噌炒め 昆布和え エネルギー 337 kcal 食塩 4.2g</p>	<p>ハンバーグ デミグラスソース あじシソフライ オクラのツナサラダ エネルギー 305 kcal 食塩 3.9g</p>	<p>ハムカツ 根菜のごま味噌煮 信田巻の煮物 エネルギー 414 kcal 食塩 3.3g</p>	<p>麻婆豆腐 揚げ餃子 酢の物 エネルギー 377 kcal 食塩 2.9g</p>	み	メ