

2023

10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



**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。

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時までにお願いします。

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
2	3	4	5	6	7
					お
<b>イカフライ チリソース</b> 大根煮 ピーンズサラダ エネルギー 325 kcal 食塩 3.1g	<b>牛メンチカツ</b> ごぼうのピリ辛炒め がんもの煮物 エネルギー 381 kcal 食塩 4.2g	<b>きのこカレー</b> ハムチーズフライ ミモザサラダ エネルギー 335 kcal 食塩 3.7g	<b>ハンバーグ オニオンソース</b> マカロニケチャップ炒め ツナサラダ エネルギー 306 kcal 食塩 3g	<b>アジフライ タルタルソース</b> 厚揚げの味噌炒め おひたし エネルギー 338 kcal 食塩 4g	楽
9	10	11	12	13	14
祝 <b>スポーツの日</b> お楽しみメニュー 					し
	<b>おろし唐揚げ</b> れんこん金平 ゆかり和え エネルギー 411 kcal 食塩 3.7g	<b>ピーマン肉詰めフライ</b> ちゃんぽん風炒め 信田巻の煮物 エネルギー 333 kcal 食塩 3.4g	<b>鶏天甘酢あんかけ</b> 菜の花炒め 胡麻和え エネルギー 304 kcal 食塩 3.1g	<b>麻婆春雨</b> チチミ焼 チキンサラダ エネルギー 374 kcal 食塩 3.6g	み
16	17	18	19	20	21
					×
<b>鶏の照り焼き</b> 切干大根の煮物 小松菜サラダ エネルギー 317 kcal 食塩 3.3g	<b>シューマイ カニあんかけ</b> キャベツのカレー炒め ウィンナーフライ エネルギー 420 kcal 食塩 4.1g	<b>ささみフライ エビフライ</b> 大根の韓国風煮 大豆サラダ エネルギー 330 kcal 食塩 3.6g	<b>白身魚香味だれ</b> きんぴらごぼう ほうれん草サラダ エネルギー 333 kcal 食塩 3.4g	<b>とんかつ玉子とじ風</b> 野菜うま煮 白菜ナムル エネルギー 355 kcal 食塩 3.4g	ー
23	24	25	26	27	28
					ユ
<b>ハンバーグ トマトソース</b> 高野豆腐の煮物 ポテトサラダ エネルギー 356 kcal 食塩 3.1g	<b>春巻き うずら串フライ</b> 野菜炒め わかめとツナのサラダ エネルギー 293 kcal 食塩 3.4g	<b>すき焼きコロッケ</b> スープ餃子 おかか和え エネルギー 313 kcal 食塩 3.4g	<b>ハッシュドポーク</b> 白身フライ 菜の花かまぼこ和え エネルギー 334 kcal 食塩 3.2g	<b>鶏の唐揚げ</b> たけのこ炒め 車麩の煮物 エネルギー 325 kcal 食塩 3.7g	1
30	31	<div data-bbox="710 1848 1141 2027" data-label="Text"> <p><b>ご飯</b>                      普通230g 386kcal                      大盛360g 605kcal</p> </div> <div data-bbox="1045 1937 1141 2016" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1173 1892 1444 2027" data-label="Text"> <p>※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。</p> </div>			
					■ 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。
<b>天ぷら盛合せ</b> なすのオイスター炒め ごま酢和え エネルギー 348 kcal 食塩 4.1g	<b>豆腐ステーキ 肉味噌あんかけ</b> かぼちゃコロッケ フロッキーサラダ エネルギー 334 kcal 食塩 3g				