

2018 真心込めた手作りの味をお届けします

6月 かりきょうのランチメニュー

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。

新潟県産コシヒカリ
 普通250g 420kcal
 大盛340g 570kcal

※ご飯の小盛(半量)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・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.karikyoo.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>おすすめ!</p> <p>6/13 (水) ゆかりご飯 </p> <p>6/28 (木) わかめご飯 </p> <p>お楽しみに~!!</p> <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>食中毒防止にご協力ください</p> <p>直射日光のあたらない所で保管し、配達後はなるべく午後2時までに召し上がりください。</p>			<p>1 味噌カツ 鯖の塩焼き 大根の煮物 青菜の昆布和え</p>  <p>エネルギー 435 kcal 食塩 3.8 g</p>	2
<p>4 油淋鶏 ほうれん草のソテー 納豆 ふきの煮物</p>  <p>エネルギー 401 kcal 食塩 3.6 g</p>	<p>5 カレーコロッケ いかの酢の物 ちぎりあげ煮 サラダ</p>  <p>エネルギー 426 kcal 食塩 3.8 g</p>	<p>6 豚キムチ炒め 蓮根肉詰めフライ がんも煮 おひたし</p>  <p>エネルギー 411 kcal 食塩 3.8 g</p>	<p>7 ささみフライ 春巻き 菜の花あさり煮 春雨サラダ</p>  <p>エネルギー 408 kcal 食塩 3.7 g</p>	<p>8 白身魚もやしあん 揚げ餃子 もずく和え カリフラワーカレー炒め</p>  <p>エネルギー 395 kcal 食塩 3.6 g</p> <p>ふりかけ付き</p>	9	
<p>11 目玉焼ハンバーグ つみれの煮物 金平 ブロッコリーしらす和え</p>  <p>エネルギー 420 kcal 食塩 3.6 g</p>	<p>12 ゆで鶏薬味ソース さつまいもスティック 大根菜味噌炒め</p>  <p>エネルギー 387 kcal 食塩 3.6 g</p>	<p>13 鯖の塩焼き カニ風味コロッケ 豆サラダ 玉コン煮</p> <p>ゆかりご飯</p>  <p>エネルギー 395 kcal 食塩 3.5 g</p>	<p>14 麻婆豆腐 ミニ串カツ ごぼ天煮 青菜の海苔酢和え</p>  <p>エネルギー 410 kcal 食塩 3.7 g</p>	<p>15 枝豆コロッケ 厚揚げの旨煮 大根サラダ 胡麻和え</p>  <p>エネルギー 405 kcal 食塩 3.8 g</p>	16	
<p>18 カリカリササミ揚げ ウィンナーソテー 信田巻煮 佃煮</p>  <p>エネルギー 435 kcal 食塩 3.7 g</p>	<p>19 豚肉なすピリ辛炒め いか野菜カツ 里芋煮 チンゲン菜クリームかけ</p>  <p>エネルギー 418 kcal 食塩 3.9 g</p>	<p>20 鰯のトマトソース はさみ揚げ おろし和え ゴーヤチャンプル</p>  <p>エネルギー 410 kcal 食塩 3.7 g</p>	<p>21 チーズコロッケ 筑前煮 ツナサラダ 煮びたし</p>  <p>エネルギー 396 kcal 食塩 3.8 g</p>	<p>22 肉団子チリソース和え 金平ごぼう 海藻サラダ かぼちゃの煮物</p>  <p>エネルギー 415 kcal 食塩 3.6 g</p>	23	
<p>25 チキンステーキ マスタードソース いか塩炒め 巾着煮 青のりポテト</p>  <p>エネルギー 408 kcal 食塩 3.6 g</p>	<p>26 餃子フライ オムレツ 大根ツナ煮 野菜のナムル</p>  <p>エネルギー 421 kcal 食塩 3.7 g</p>	<p>27 カツカレー ロールキャベツ煮 ササミの梅和え</p>  <p>エネルギー 435 kcal 食塩 4.1 g</p>	<p>28 ぶりの味噌焼き 肉じゃが 揚げ焼売 蓮根炒め</p> <p>わかめご飯</p>  <p>エネルギー 390 kcal 食塩 3.7 g</p>	<p>29 鶏の天ぷら 牛肉炒め おひたし 切干大根サラダ</p> <p>天つゆ付き</p>  <p>エネルギー 415 kcal 食塩 3.6 g</p>	30	