

5月ランチカレンダー

おしきや食堂車 TEL (70) 3577

※献立は、材料の都合により変更があります。
お弁当は、14時くらいまでにお召し上がりください。

		16 (月)	☆チキン南蛮 877kcal・蛋 21.5g・脂 12.6g
1 (日)	行楽弁当・鉢盛・節句料理 ご注文承り中です	17 (火)	☆ラーメン中華肉みそかけ 鯖塩焼き・ギョウザ・レンコンごまサラダ 907kcal・蛋 30.3g・脂 15.7g
2 (月)	☆チキンカツ 800kcal・蛋 18.4g・脂 10.8g	18 (水)	☆白身フライ スパゲティナポリタン・こんにゃくおかか和 872kcal・蛋 23.7g・脂 10.0g
3 (火)	憲法記念日	19 (木)	☆豆腐フライ 839kcal・蛋 18.2g・脂 12.1g
4 (水)	みどりの日	20 (金)	☆すき焼き 赤魚味噌焼・蓮根キンピラ・千切大根サラダ 862kcal・蛋 20.1g・脂 17.6g
5 (木)	こどもの日	21 (土)	おたのしみランチ
6 (金)	☆豚ロース照り焼き・香味焼き 冷奴・茄子天ぷら・キャベツサラダ 881kcal・蛋 24.0g・脂 9.8g	22 (日)	
7 (土)	おたのしみランチ	23 (月)	☆エビフライ 875kcal・蛋 23.7g・脂 12.1g
8 (日)		24 (火)	☆豚ロース香草焼き かきあげ・オクラおかか和え・ポテマカサラダ 832kcal・蛋 18.8g・脂 5.5g
9 (月)	☆ハンバーグ 887kcal・蛋 25.4g・脂 12.2g	25 (水)	☆鶏肉中華照り焼き 赤魚カレー天ぷら・春雨ソテー・紅白なます 857kcal・蛋 30.3g・脂 13.1g
10 (火)	☆酢鶏 八宝菜・春雨ソテー・レンコン中華炒め 889kcal・蛋 22.5g・脂 16.0g	26 (木)	☆麻婆豆腐 864kcal・蛋 27.4g・脂 13.5g
11 (水)	☆鯛蒲焼風 三色丼・鶏肉照り焼き・もやしカレーナムル 838kcal・蛋 30.0g・脂 15.8g	27 (金)	☆ポークチャップ 鮭塩焼き・三色丼・もやしナムル 896kcal・蛋 31.8g・脂 11.9g
12 (木)	☆焼肉 1028kcal・蛋 27.5g・脂 27.0g	28 (土)	おたのしみランチ
13 (金)	☆トンカツ エビフライ・カレー・キャベツサラダ 863kcal・蛋 19.8g・脂 13.2g	29 (日)	ホームページアドレス http://oshikiya.area9.jp/
14 (土)	おたのしみランチ	30 (月)	☆肉じゃが 820kcal・蛋 13.4g・脂 7.0g
15 (日)		31 (火)	☆鯛ガーリックフライ 鶏肉味噌焼き・佃煮・スパゲティサラダ 867kcal・蛋 25.0g・脂 14.0g