

12月ランチカレンダー

おしきや(有)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	☆ポークチャップ 鮭塩焼き・佃煮・白和え 904kcal・蛋 29.0g・脂 12.1g	(水)
17	☆鯖中華焼き ソースコロッケ・ニラ卵とじ・千切大根サラダ 940kcal・蛋 25.6g・脂 14.1g	(木)
18	☆すき焼き ちくわフライ・ポテマカサラダ 939kcal・蛋 22.2g・脂 23.3g	(金)
19	<u>おたのしみランチ</u>	
20		
21	☆白身・エビフライ 冷奴・おから・高菜炒め 950kcal・蛋 22.9g・脂 22.8g	(月)
22	◎三色丼 秋刀魚塩焼・肉じゃがコロッケ・白菜サラダ 882kcal・蛋 26.4g・脂 15.6g	(火)
23	天皇誕生日	
24	☆チキン南蛮 鯖煮付け・ビーフン炒め・ハムの卵とじ 910kcal・蛋 28.3g・脂 17.0g	(木)
25	☆鶏肉中華竜田揚げ 味ご飯 莖若布煮・人参キンピラ・スパゲティサラダ 958kcal・蛋 29.7g・脂 19.8g	(金)
26	<u>おたのしみランチ</u>	
27		
28	<u>おたのしみランチ</u>	
1	◎焼肉 桜エビ入りかきあげ・おから・スパゲティサラダ 947kcal・蛋 19.9g・脂 23.0g	(火)
2	☆おでん 豆腐フライ・ひじき煮・もやしナムル 880kcal・蛋 24.2g・脂 26.0g	(水)
3	☆鰯蒲焼風 麻婆豆腐・オムレツ・春雨サラダ 939kcal・蛋 28.6g・脂 16.0g	(木)
4	☆豚ロース香味焼き 大根そぼろあんかけ・蓮根磯辺揚・人参サラダ 805kcal・蛋 20.2g・脂 7.7g	(金)
5	<u>おたのしみランチ</u>	
6	おせちご注文 承り中です! 	
7	☆ハンバーグ 鯖みそ煮・おから・蓮根甘酢炒め 938kcal・蛋 30.4g・脂 19.6g	(月)
8	◎トンカツ カレー・鯖塩焼き・大根サラダ 929kcal・蛋 27.3g・脂 20.2g	(火)
9	☆鯖竜田揚げ 焼肉スパゲティ・筍おかか和え・豆腐サラダ 881kcal・蛋 24.8g・脂 13.7g	(水)
10	☆カツとじ 秋刀魚塩焼き・高菜炒め・紅白なます 862kcal・蛋 23.7g・脂 18.2g	(木)
11	☆肉じゃがコロッケ 味ご飯 冷奴・千切大根カレー煮・酢味噌 929kcal・蛋 20.5g・脂 12.1g	(金)
12	<u>おたのしみランチ</u>	
13		
14	☆鯖塩焼き 焼きラーメン・ひじき煮・きんぴら蓮根 880kcal・蛋 18.2g・脂 14.4g	(月)
15	◎鶏肉カレー焼き 八宝菜・秋刀魚塩焼き・マカロニサラダ 959kcal・蛋 28.4g・脂 24.5g	(火)

一年間、誠にありがとうございました。
来年も変わりなくご愛顧いただきますよう
よろしく願い申し上げます。
社員一同



〈年末休業〉

ホームページアドレス
<http://oshikiya.are9jps/>