

# 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	☆秋刀魚照り焼き 手作りメンチカツ・かぶそぼろあんかけ 863kcal・蛋 23.4g・脂 13.3g
	(木)	
1	17	☆ドライカレー 890kcal・蛋 30.3g・脂 16.4g
(水)	(金)	
2	18	<u>おたのしみランチ</u>
(木)	(土)	
3	19	
(金)	(日)	
4	20	☆鶏肉唐揚げ 890kcal・蛋 22.7g・脂 13.8g
(土)	(月)	
5	21	🍷 豚ロース照り焼き 八宝菜・おから・きびなご南蛮 860kcal・蛋 21.2g・脂 9.4g
(日)	(火)	
6	22	☆カレイフライ 824kcal・蛋 22.8g・脂 8.0g
(月)	(水)	
7	23	<b>天皇誕生日</b>
(火)	(木)	
8	24	☆エビフライ <b>味ご飯</b> 840kcal・蛋 18.7g・脂 6.7g
(水)	(金)	
9	25	<u>おたのしみランチ</u>
(木)	(土)	
10	26	
(金)	(日)	
11	27	☆すき焼き 898kcal・蛋 21.1g・脂 20.1g
(土)	(月)	
12	28	<u>おたのしみランチ</u>
(日)	(火)	
13		<b>&lt;年末休業&gt;</b> 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
(月)		
14		<b>ホームページアドレス</b> <a href="http://oshikiya.area9.jp/">http://oshikiya.area9.jp/</a>
(火)		
15		
(水)		

## ☆鯖塩焼き

902kcal・蛋 23.2g・脂 19.6g

## ☆チキンカツ

カレー・ひじき煮・もやしナムル

874kcal・蛋 22.4g・脂 11.7g

## ☆ポークチャップ

889kcal・蛋 23.8g・脂 12.8g

おたのしみランチ

## おせちご注文 承り中です!



## ☆カレイフライ

917kcal・蛋 26.1g・脂 17.7g

## 🍷 豚ロースパストラミ焼き

豆腐フライ・山菜スパゲティ・レンコン甘酢

855kcal・蛋 21.6g・脂 9.3g

## ☆カツとじ

880kcal・蛋 24.6g・脂 18.4g

## ☆麻婆豆腐

カレイ唐揚げ・カップ焼き・スパゲティサラダ

860kcal・蛋 26.4g・脂 11.2g

## ☆焼きラーメン **味ご飯**

855kcal・蛋 19.3g・脂 12.6g

おたのしみランチ



## ☆ハンバーグ

880kcal・蛋 23.0g・脂 11.1g

## 🍷 トンカツ

鯖塩焼き・カレー・もやしドレッシングサラダ

927kcal・蛋 27.9g・脂 20.2g

## ☆鯨春竜田揚げ南蛮酒作からめ

900kcal・蛋 30.2g・脂 17.5g