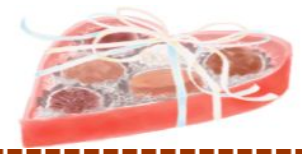


2月ランチカレンダー

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 (火)	🍷 鶏肉カレー焼き エビチリ・ひじき煮・大根サラダ 836kcal・蛋 23.4g・脂 10.5g
1 (月)	☆ 鯖照り煮 936kcal・蛋 31.8g・脂 17.6g	17 (水)	☆ 親子煮 912kcal・蛋 28.3g・脂 18.7g
2 (火)	🍷 八宝菜 豚ロースカレー焼き・おから・きびなご南蛮 890kcal・蛋 22.9g・脂 15.6g	18 (木)	☆ 大根柚子みそかけ 手作りメンチカツ・三色丼・ポテマカサラダ 840kcal・蛋 24.5g・脂 11.7g
3 (水)	☆ すき焼き 961kcal・蛋 24.4g・脂 27.9g	19 (金)	☆ カレイ煮付け 768kcal・蛋 23.6g・脂 6.4g
4 (木)	☆ 鶏肉香味焼き 鮭みそ煮・茄子田楽・キャベツサラダ 826kcal・蛋 23.7g・脂 11.6g	20 (土)	おたのしみランチ 
5 (金)	☆ 鯖五目甘酢あんかけ 839kcal・蛋 26.9g・脂 8.9g	21 (日)	おたのしみランチ 
6 (土)	おたのしみランチ	22 (月)	
7 (日)	おたのしみランチ	23 (火)	🍷 ビーフン炒め 鯖竜田揚げ・人参キンピラ・酢味噌 849kcal・蛋 23.0g・脂 13.6g
8 (月)	☆ 白身・エビフライ 868kcal・蛋 24.0g・脂 10.4g	24 (水)	☆ 豚ロース照焼・ガーリック焼 912kcal・蛋 24.3g・脂 10.5g
9 (火)	🍷 鯖中華竜田揚げ ミートボールふわふわ玉子あんかけ・酢味噌 893kcal・蛋 24.8g・脂 15.1g	25 (木)	☆ クリームコロッケ 鯖照焼き・野菜炒め肉みそかけ・青梗菜炒め 816kcal・蛋 23.6g・脂 10.9g
10 (水)	☆ 鰯蒲焼風 856kcal・蛋 21.5g・脂 11.7g	26 (金)	☆ 豆腐五目あんかけ 味ご飯 852kcal・蛋 28.7g・脂 12.4g
11 (木)	建国記念の日	27 (土)	おたのしみランチ
12 (金)	☆ チキンカツ 味ご飯 853kcal・蛋 23.7g・脂 12.4g	28 (日)	ホームページアドレス http://oshikiya.are9jps/
13 (土)	おたのしみランチ 	 節句料理・ 鉢盛・行楽弁当 ご注文承り中です！	
14 (日)	おたのしみランチ		
15 (月)	☆ 肉じゃが 873kcal・蛋 15.3g・脂 13.5g		