7月

お盆料理
ご予約承り中！

ホームページアドレス
http://oshikiya.are9.jp/

おしきや(有)食堂車
TEL 70－3577
FAX 78－2112
〒８４７－０８３１
唐津市千々賀６５０

◆お弁当は１４時くらいまでに
お召し上がりください

毎週土曜日はお楽しみランチ

献立は、材料の都合により変更があります。

			1 木 ★すき煮 ９８９kcal・蛋２３．８g・脂２４．６g	2 金 ★焼肉 ９１９kcal・蛋２３．０g・脂２３．２g	
5 月 ★鰆キムチ焼き ９３３kcal・蛋３０．０g・脂２０．５g	6 火 ★トンカツ ９３２kcal・蛋２３．３g・脂２０．８g	7 水 ★豚ロース照焼 ８９６kcal・蛋２５．０g・脂　９．８g	8 木 ★鯖塩焼き ９１０kcal・蛋３０．２g・脂１６．２g	9 金 ★冷やしうどん ８５０kcal・蛋１８．４g・脂　８．４g	
12 月 ★エビフライ ８６０kcal・蛋２４．３g・脂１０．１g	13 火 ★麻婆豆腐 ８１０kcal・蛋２１．９g・脂　８．９g	14 水 ★ハンバーグ １０１２kcal・蛋２８．７g・脂１９．１g	15 木 ★エビチリ ８７０kcal・蛋２７．３g・脂１３．０g	16 金 ★鶏肉香草焼き ９２１kcal・蛋２７．１g・脂１５．３g	
19 月	20 火 ★手作りメンチカツ ８００kcal・蛋１５．６g・脂　７．１g	21 水 ★酢鶏 ９２２kcal・蛋３２．５g・脂２１．４g	22 木 ★串カツ ９７５kcal・蛋２６．５g・脂２０．１g	23 金 ★豚ユースガーリック焼 ８８３kcal・蛋２２．６g・脂２５．２g	
26 月 ★鰯蒲焼 ８７９kcal・蛋２８．７g・脂１２．１g	27 火 ★鶏肉カレー焼 ８５０kcal・蛋２２．３g・脂１０．７g	28 水 ★鯖煮付け ８５１kcal・蛋２５．４g・脂１２．３g	29 木 ★エビフライ ８５２kcal・蛋１９．７g・脂　８．９g	30 金 ★牛焼肉 ９０８kcal・蛋１８．９g・脂１６．０g	