

1月



4 (火)
★ハンバーグ
898kcal・蛋25.4g・脂12.9g



5 (水)
★豚ロース照焼
938kcal・蛋25.7g・脂11.7g



6 (木)
★秋刀魚塩焼き
902kcal・蛋22.2g・脂13.9g



7 (金)
★チキンカツ
920kcal・蛋28.5g・脂16.8g

10月 成人の日



11 (火)
★鮭幽庵焼き
829kcal・蛋22.5g・脂9.9g



12 (水)
★すき焼き
918kcal・蛋20.6g・脂21.5g



13 (木)
★カレーフライ
818kcal・蛋25.7g・脂5.2g



14 (金)
★西炸鸡 **味ご飯**
958kcal・蛋35.2g・脂22.1g



17 (月)
★エビフライ
884kcal・蛋28.0g・脂6.8g



18 (火)
★八宝菜
988kcal・蛋22.2g・脂22.9g



19 (水)
★カツとじ
866kcal・蛋23.4g・脂17.5g



20 (木)
★魚青煮付け
894kcal・蛋26.2g・脂14.6g



21 (金)
★串カツ
917kcal・蛋30.8g・脂13.2g



24 (月)
★チキンみそカツ
850kcal・蛋20.9g・脂12.6g



25 (火)
★魚青塩焼き
952kcal・蛋30.7g・脂22.7g



26 (水)
★ハンバーグ
878kcal・蛋20.1g・脂10.1g



27 (木)
★エビフライ
881kcal・蛋22.4g・脂13.3g



28 (金)
★ポークチャップ **味ご飯**
851kcal・蛋21.6g・脂11.5g



31 (土)
★鶏肉香草焼き
907kcal・蛋30.2g・脂19.7g

ホームページアドレス
<http://oshikiya.area9.jp/>
行楽弁当・鉢盛
ご注文承り中です

新年あけましておめでとう
本年もよろしくお楽しみください



毎週
土
曜日は

お楽しみランチ

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

献立は、材料の都合により変更があります。