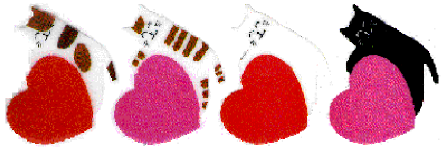
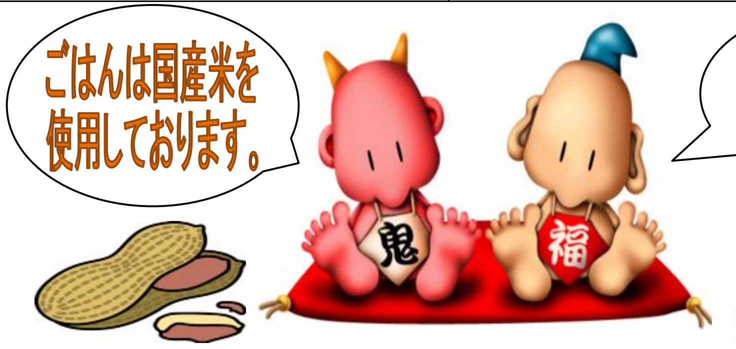
2月

月	火	水	木	金
	１（火） ★ポークチャップ ８２８kcal・蛋１９．９g・脂　７．７g	２（水） ★ミートスパゲティ ８６８kcal・蛋２４．３g・脂　９．４g	３（木） ★豚ロース照焼 ９７３kcal・蛋３１．５g・脂１６．３g	４（金） ★カツとじ ８６７kcal・蛋２４．５g・脂１９．０g
７（月） ★ハンバーグ ８７１kcal・蛋２５．５g・脂１４．８g	８（火） ★豚ロース香草焼 ８１７kcal・蛋２１．６g・脂１０．９g	９（水） ★焼肉 ９５０kcal・蛋２３．７g・脂２２．１g	１０（木） ★トンカツ ９０７kcal・蛋２２．２g・脂１６．６g	１１（金） 建国記念の日 
１４（月） ★鶏唐揚げ味噌がらめ ９１５kcal・蛋３０．１g・脂１８．６g	１５（火） ★カレイ唐揚げ五目あん ７８８kcal・蛋２２．８g・脂　４．３g	１６（水） ★ドライカレー ８４４kcal・蛋２３．３g・脂　８．４g	１７（木） ★豆腐フライ ９５０kcal・蛋２７．３g・脂２２．７g	１８（金） ★鶏肉エビチリソースかけ ９１２kcal・蛋１８．８g・脂１０．１g
２１（月） ★エビフライ ８５６kcal・蛋２６．０g・脂１０．１g	２２（火） ★麻婆豆腐 ８５６kcal・蛋２２．９g・脂１０．１g	２３（水） ★蒲焼風 ８３４kcal・蛋２７．４g・脂１３．３g	２４（木） ★トンカツ ９２５kcal・蛋２５．０g・脂１７．７g	２５（金） ★鯖煮付け　味ご飯 ８９７kcal・蛋３１．２g・脂１６．７g
２８（月） ★肉じゃが ８４２kcal・蛋１７．２g・脂１２．１g				



ホームページアドレス
http://oshikiya.area9.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。