



4月15日～4月27日までのメニュー

TEL 045-542-2001  
FAX 045-531-3686



ご案内 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご注文は9:15までに。9:30以降のキャンセルはできかねます。</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>市場の条件で予告なく内容が変更となる場合がございます。</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>土曜日はおまかせメニューで予約制となります。</li> </ul>

223-0057 横浜市港北区新羽町900 (株)魚のふ ランチ亭

	月	火	水	木	金	土	
	4/15	4/16	4/17	4/18	4/19	4/20	
バランスランチ	ひれかつ	ムデ サト フライ	白身魚唐揚げ	海老カツ	鶏竜田	おまかせメニュー	
	白滝金平	豆腐ステーキあん	タルタルソース	照焼ハバーク	チヂミ		
	千草焼き	豚ごぼうみそ煮	麻婆豆腐	刻み昆布煮	かかサラダ		
	スパサラ	マカロニサラダ	野菜サラダ	春雨酢の物	青菜ゴマ和え		
	若布三杯酢	キャベツ炒め	甘酢棒肉団子	コーンサラダ	竹輪揚照り煮		
	絹厚揚げ含め煮	揚げ餃子	大根葉唐辛子和				
	kcal	603 kcal	597 kcal	602 kcal	595 kcal		607 kcal
	蛋白	19.8g	19.8g	20.1g	19.8g		20g
脂質	20g	20.1g	19.8g	20.1g	20.1g		
塩分	1.8g	1.9g	2g	2.1g	1.9g		

\*上記のカロリーにライス普通230g・380kcal\*ライス大330g・550kcal\*ライス小130g・200kcalを加算して下さい。

弊社のGWの予定は下記の通りになります

- 4/27 (土) 前日までの予約 バランスのみ
- 4/28 (日) 4/29 (月) 休業
- 4/30 (火) ~5/2 (木) バランスのみ
- 5/3 (金) ~5/6 (月) 休業



ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いします

	月	火	水	木	金	土
	4/22	4/23	4/24	4/25	4/26	4/27
おまかせメニュー	チキンカツの	ソースカツ	鶏腿照焼	デミグラスソース	イカフライ	おまかせメニュー
	トマトソース	がんも野菜あん	三角春巻き	肉野菜うま煮	肉じゃが	
	チーズオムレツ	牛蒡サラダ	カリフラワーサラダ	チーズサラダ	春雨酢の物	
	水菜酢の物	ソース焼きそば	蒟蒻筍炒煮	牛蒡巻き	金平牛蒡	
	白滝挽肉炒め	海苔佃煮	海鮮薩摩	青菜辛子和え	がんも含め煮	
	三角絹厚揚げ		オイルポックリ	ふりかけ		
	585 kcal	597 kcal	602 kcal	583 kcal	595 kcal	
	19.8g	19.8g	20.1g	19.8g	20g	
20g	20.1g	19.8g	20.1g	20.1g		
1.8g	1.9g	2g	2.1g	1.9g		

お知らせ **春になると食べたくなる 竹の子ご飯、みんな大好き 焼肉弁当**  
**ボリュームたっぷり 鶏天丼 今日は何にしようかな?**



チョイス弁当コーナー	チョイス弁当は2週間固定です。	*和食弁当は、表示の加算にライス分が含まれております。	
<b>キーマカレー</b>	920 kcal	<b>竹の子ご飯</b>	982 kcal
*牛豚合挽肉と玉葱だけのシンプルかつ旨味たっぷりのキーマカレー。		*今が旬のメニューです。春を感じながらどうぞ!!	
<b>メダイ味醂焼き</b>	760 kcal	<b>かき揚げそば</b>	530 kcal
*くせのない淡泊な白身魚を、みりん醤油の味付けで香ばしく焼きました。		*野菜のかき揚げとオクラの天ぷらです。	
<b>豚焼肉弁当</b>	960 kcal	¥350 <b>ヘルシーレスキュー</b>	500Kcal未満
*豚バラ肉と玉葱入りスタミナ補給にお勧めです。		*バランス容器のメインにご飯、周りのおかずはバランスと同じです。	
<b>鶏天丼</b>	1030 kcal	¥320 <b>海苔弁 (メンチver)</b>	790 kcal
*鶏肉と野菜の天丼です。		*今回はメンチカツです。	