

# 予定献立表

茨城県鹿嶋市光3番地  
TEL 0299-82-3548  
FAX 0299-82-3547  
株式会社 鹿島フード



A：定食  
B：ヘルシー定食

	4/11(日)	4/12(月)	4/13(火)	4/14(水)	4/15(木)	4/16(金)	4/17(土)
A	ご注文は 当日朝9:00までに <b>0299-82-3548</b> までご連絡ください。  ※ お知らせ ※ 2月より丼容器が使用 捨て容器から回収 容器(身・蓋)に変更 になります。それに伴 い、喫食後の容器は 捨てず定食と同じ回 収用の番重へお願い いたします。	カニクリームコロッケ・うずら串フライ	チキンステーキ・オムレツ	豚肉バーベキューソース	チキン山賊焼	カブうまハムカツ	キーマカレー風コロッケ
		中華炒め カニ爪付かまぼこ 豆の胡麻和えサラダ 昆布佃煮 漬物	麻婆春雨 揚げギョーザ 青梗菜と木耳の中華炒め 大根煮物 漬物	ペペロンチーノ コロッケ 小松菜煮びたし 昆布豆 漬物	青梗菜と挽肉の中華炒め うずら串フライ カボチャサラダ ワカメ生姜醤油 漬物	金平ごぼう たまごロール メンマと青梗菜の中華炒め あみえび 漬物	スタミナ炒め ハンバーグ ほうれん草なめたけ和え 山くらげ 漬物
		カロリー 749 蛋白質 18 脂質 19 塩分 3 炭水化物 121	カロリー 702 蛋白質 19 脂質 16 塩分 3 炭水化物 116	カロリー 857 蛋白質 20 脂質 30 塩分 3 炭水化物 121	カロリー 849 蛋白質 31 脂質 28 塩分 3 炭水化物 112	カロリー 839 蛋白質 22 脂質 24 塩分 3 炭水化物 129	カロリー 742 蛋白質 17 脂質 21 塩分 4 炭水化物 118
カレー	肉団子と目玉 焼きカレー	ポークカレー	チキンカレー	カツカレー	スタミナカ レー		
丼物	マヨ照り丼	手作り牛丼	豚生姜焼 き丼	韓国風チ キン丼	牛カルビ 丼		

《お知らせ》  
下記、QRコード  
から予定献立、新  
メニュー、おすす  
めメニュー等の案  
内が閲覧できます。  
是非、ご利用くだ  
さい。



	4/18(日)	4/19(月)	4/20(火)	4/21(水)	4/22(木)	4/23(金)	4/24(土)
A	日曜おまかせメニュー 丼・カレー数量限定です。 事前注文も受け付けて おります。  <b>4月20日(火) 食育の日</b>	エビフライ	食育の日	塩焼肉	鶏のから揚げ野菜あんかけ	チキンロールフライ・ウィンナー	もちもちフライ
		ナポリタン ハムステーキ ほうれん草と豆のサラダ 大根煮物 漬物	白身魚のレモン蒸し 揚げ出し豆腐の五目あんかけ 韓国風そぼろ炒め 彩り大根の酢の物 わかめと大豆の生姜和え	煮物 豚串カツ ブロックリーゆかり和え 穂先メンマ 漬物	ほうれん草ときのご炒め オムレツ 山菜スパゲティ 海の茎 漬物	筑前煮 棒ギョーザ 青梗菜麻婆炒め ポテトサラダ 漬物	カレーマカロニ ミートボール 小松菜煮びたし 子持ち木耳 漬物
		カロリー 776 蛋白質 19 脂質 19 塩分 3 炭水化物 127	カロリー 509 蛋白質 21 脂質 13 塩分 3 炭水化物 76	カロリー 791 蛋白質 21 脂質 27 塩分 3 炭水化物 111	カロリー 971 蛋白質 29 脂質 34 塩分 4 炭水化物 122	カロリー 928 蛋白質 22 脂質 35 塩分 3 炭水化物 127	カロリー 826 蛋白質 21 脂質 21 塩分 3 炭水化物 133
カレー	ごろっとポ ークカレー	チキンカレー	クリーミーコ ロツケカレー	ごろっとビー フカレー	キーマカレー		
丼物	リニューアル 焼き鳥丼	手作り豚 丼	チキン南 蛮丼	野菜天丼	味噌カツ 丼		4月23日(金) 味噌カツ丼

※カレー、日替丼物の栄養価には「ライス普通盛 420kcal」が含まれます。  
ヘルシー定食のご飯に関しては、従来どおり「普通盛り」、「大盛り」の提供も致します。  
ご注文時に御希望の分量をお申し付け下さい。  
仕入れの状況等により、一部予告無く献立が変更になる場合がございます。

	g数	カロリー
小盛り	180g	302kcal
普通盛り	250g	420kcal
大盛り	300g	504kcal

