

# あなたとズツ友… 山六給食(株)

～厳選した日本各地の美味しいお米と栄養バランスを考えたお弁当～



私はボウリングで人生が380度変わりました

by ガッツ石松 師匠

【いただき益次朗】

TEL03-3736-0110/FAX03-3736-0194

毎朝お弁当の写真を更新【益次朗公式Instagram → masujirou86】

メニューがご覧になれます【HP → <http://www.yamaroku86.co.jp>】



令和6年7月

<p>412 kcal/塩分3.0g</p> <p>1日(月)</p> <p><b>(ピリッと爽やかなアゲセト♪)</b> 豚肉とゴボウの山椒風味時雨煮 銀鮭西京味噌フライ</p> <p>○ 里芋菜がゆ ○ マカロニサラダ ○ しぼり汁</p>	<p>368 kcal/塩分3.0g</p> <p>8日(月)</p> <p><b>トマトの旨味がギュッと詰まった...</b> ハンバーグアラビヤ夕風ソース 鱈の大葉のせフライ</p> <p>○ 和風きのこパスタ ○ 人参と玉葱のサラダ ○ 旨辛生姜昆布</p>
<p>385 kcal/塩分2.9g</p> <p>2日(火)</p> <p>蓮根イカすり身のせ天&amp;紅あずま天~天ゆ~ ピリ辛照り焼きチキン</p> <p>○ 五目きんぴら ○ 白菜と若芽のサラダ ○ ふんちもやし</p>	<p>372 kcal/塩分3.1g</p> <p>9日(火)</p> <p><b>(甘辛ソースがご飯に合う!!)</b> ホークテ和風ハニーマスタードソース カニクリームコロッケ</p> <p>○ じょうぼろ煮 ○ ブロッコリーのおかか和え ○ 高菜油揚げ</p>
<p>362 kcal/塩分3.1g</p> <p>3日(水)</p> <p><b>熱たぷり! あっさり旨い</b> 豚ロースの黒胡椒又火焼き葱塩タレ 海老焼売天エビマヨ風</p> <p>○ 中華旨煮 ○ ナムルサラダ ○ 梅かお酢ソース</p>	<p>365 kcal/塩分3.0g</p> <p>10日(水)</p> <p><b>酸味の交いたコク旨あんかけ</b> 且力宗タラの唐揚げ黒酢野菜あん 鶏の塩麹味噌漬け焼き</p> <p>○ セロリと大根の煮物 ○ チンゲン菜のツツ和え ○ 穂先×マヨ油</p>
<p>433 kcal/塩分3.1g</p> <p>4日(木)</p> <p><b>(特製ソースがおいしい♡)</b> チキンステーキポテト風ソースがけ 北海道産チーズコロッケ</p> <p>○ チリコンカン ○ キャベツとコーンのフリットサラダ ○ 辛子きくらげ</p>	<p>396 kcal/塩分2.2g</p> <p>11日(木)</p> <p>夏野菜カレー&amp;カレインムニエルレモンオニオンソース ウインナーBBQソースフライ</p> <p>○ 大豆と昆布の煮物 ○ コールスローサラダ ○ 福神漬</p>
<p>348 kcal/塩分3.1g</p> <p>5日(金)</p> <p><b>(しゃきしゃき食感!! 大判サイズでボリューム満点)</b> 国産キャベツメンチカツ 鯖の柚子胡椒風味焼き</p> <p>○ 大根と竹輪の味噌煮 ○ 小松菜のお浸し ○ 山くらげ</p>	<p>353 kcal/塩分3.1g</p> <p>12日(金)</p> <p><b>(じっくり漬けた人気メニュー♡)</b> 手作り鶏の胡麻衣竜田揚げ 白だし和風あんカニ玉</p> <p>○ 焼きビーフン ○ 大根とコーンのサラダ ○ 石巻わかめ</p>

方が一、開蓋後に異臭、異物、異変が見られた際は、即喫食を中止して頂き、お手数ですが弊社までご連絡をお願い致します。  
エネルギー表示は目安となります。ライスは1食あたり380kcalです。仕入れの状況により内容が急遽変更となる場合がございますのでご了承ください。