

# 1月menu

月 火 水 木 金



新年あけましておめでとうございます。  
 旧年中は沢山のお客様にご愛顧賜り、誠にありがとうございました。  
 本年も社員一同力を合わせ、皆様にご満足頂ける商品とサービスの提供を心がけて参ります。  
 変わらぬご愛顧のほど、宜しくお願ひ申し上げます。  
 新しい車が皆様にとって佳き年でありますようお祈り申し上げ、車頭のご挨拶とさせていただきます。

					<b>5</b> アジフライ 645kcal たんぱく質 17.4g 脂質 12.7g 炭水化物 111.5g 塩分 2.6g
	<b>9</b> イカフライ/ 三角ごまおさつ 647kcal たんぱく質 16.5g 脂質 13.3g 炭水化物 111.4g 塩分 2.3g	<b>10</b> オムレツ デミグラスソース 695kcal たんぱく質 17.1g 脂質 19.3g 炭水化物 110.7g 塩分 3.7g	<b>11</b> さわらのチリソース 760kcal たんぱく質 22.0g 脂質 22.4g 炭水化物 115.1g 塩分 3.7g	<b>12</b> 八宝菜 596kcal たんぱく質 14.1g 脂質 12.3g 炭水化物 103.4g 塩分 2.8g	
<b>15</b> 回鍋肉風/ 中華春巻き 595kcal たんぱく質 12.2g 脂質 9.2g 炭水化物 112.4g 塩分 3.1g	<b>16</b> キーマカレー コロケ 738kcal たんぱく質 16.3g 脂質 18.6g 炭水化物 121.8g 塩分 3.0g	<b>17</b> チキン南蛮 716kcal たんぱく質 21.9g 脂質 16.6g 炭水化物 113.7g 塩分 4.0g	<b>18</b> 厚切りハムカツ 684kcal たんぱく質 17.2g 脂質 18.9g 炭水化物 110.6g 塩分 3.7g	<b>19</b> ハンバーグ おろしソース 630kcal たんぱく質 17.0g 脂質 13.7g 炭水化物 104.8g 塩分 2.9g	
<b>22</b> ごっついメンチカツ 729kcal たんぱく質 19.5g 脂質 21.2g 炭水化物 110.4g 塩分 2.1g	<b>23</b> 大判肉包み 中華あん 655kcal たんぱく質 14.4g 脂質 12.9g 炭水化物 116.1g 塩分 3.1g	<b>24</b> 白身魚フライ 689kcal たんぱく質 16.7g 脂質 18.6g 炭水化物 109.4g 塩分 2.4g	<b>25</b> ハンバーグ/ ウィンナーじゃがフライ 705kcal たんぱく質 21.9g 脂質 16.7g 炭水化物 114.1g 塩分 3.9g	<b>26</b> かつ煮 605kcal たんぱく質 18.3g 脂質 11.5g 炭水化物 104.3g 塩分 2.8g	
<b>29</b> 肉団子の酢豚風/ 野菜春巻き 609kcal たんぱく質 15.6g 脂質 8.4g 炭水化物 115.1g 塩分 3.8g	<b>30</b> ロースとんかつ 726kcal たんぱく質 18.3g 脂質 23.0g 炭水化物 107.6g 塩分 3.3g	<b>31</b> にしんの塩焼き/ 甘辛バーグ 683kcal たんぱく質 20.4g 脂質 20.5g 炭水化物 108.9g 塩分 2.4g			



今月の+++  
 おすすめデー  
**31日(水) にしんの塩焼き/甘辛バーグ**  
 脂がのった大きめのにしんは  
 柔らかくて美味☆ぜひご賞味ください♪



**12日(金)八宝菜**  
 野菜と旨味たっぷりの  
 八宝菜はお久しぶりの登場です♪



**25日(木)ハンバーグ/ウィンナーじゃがフライ**  
 ウィナーがコロコロ入ったフライは  
 やみつきになる美味しさです☆

## スタミナフード 株式会社

- 本店(浜野) ☎ 043(263)4433  
Fax043(263)4498
- 八日市場店 ☎ 0479(72)2331  
Fax0479(73)1822
- 茂原店 ☎ 0475(24)7611  
Fax0475(24)7612
- 鹿島店 ☎ 0299(92)3386  
Fax0299(92)3092
- 松戸店 ☎ 047(368)8611  
Fax047(368)8965
- 成田店 ☎ 0476(35)1115  
Fax0476(35)2227

**ごはん**  
 エネルギー量…353kcal  
 たんぱく質…5.3g  
 脂質…0.6g  
 炭水化物…77.9g  
 塩分…0.0g

お弁当の容器はレンジ対応ではありませんので、レンジによる温めは、しないようお願い致します。  
 食材の都合上、内容を変更する場合がございますので、予め御了承くださいませ。

★栄養価はごはんも含んだ数値です。  
 ごはんは全て国産のお米を使用しています。