Hand Made Lunch 12月

月	火	水	木	金	土
～12月　旬の食材～ 法連草・ブロッコリー・カリフラワー・大根・キャベツ・白菜・人参 南瓜・春菊・かぶ・さつまいも・マサバ・イワシ・ぶり・さわら・たこ ヤリイカ・りんご・みかん・いちご　など			1　563kcal　3.4 大きなハムカツ 蓮根ボロネーゼ 炒り豆腐 魚のバジル焼き ＜肉団子鍋＞	2　572kcal　3.0 豚唐揚げのからめ和え スパイシーカレーの包み揚げ 金平のサラダ 青菜の炒めもの おいしいソーセージ天 ＜八宝麺＞	3 お任せメニュー
5　606kcal　3.0 醤油チキンステーキ 牛肉コロッケ 小松菜のさっぱり煮 蓮根の酢のもの 法連草ベーコンオムレツ ＜アジ竜田揚げ＞	6　598kcal　3.5 築地まかない真鯵フライ ソース焼きそば ひじきと蒟蒻煮 ポテトサラダ チリソース肉団子 ＜鶏はらみ焼き＞	7　564kcal　3.6 味噌チキンカツ エビフライ 白菜の昆布煮 麻婆大根 五目巾着 ＜おでん煮＞	8　505kcal　3.5 酢豚 法連草たまごとじ きのこと豆腐の鶏そぼろ煮 キャベツ焼き ＜えびマヨ＞	9　635kcal　3.6 ココモコハンバーグ （ハンバーグ・目玉焼き） マカロニサラダ バターコーンコロッケ ロールキャベツ ＜子持ちししゃもフライ＞	10 お任せメニュー
12　589kcal　4.3 サーモンフライ つくね大葉巻きハンバーグ かぶのそぼろ煮 蓮根金平 生姜天 ＜イカステーキ＞	13　583kcal　3.0 天津唐揚げ （かに玉と唐揚げのカニあんかけ） キャベツの味噌炒め 薩摩芋サラダ 餃子 ＜イカ天ぷらの甘酢＞	14　569kcal　3.2 ハムピザソースカツ BIG！初メニュー もやしと油揚げの煮浸し 牛蒡蒟蒻土佐煮 サーモンマリネ ＜棒棒鶏＞	15　520kcal　3.1 すきやき風コロッケ 海鮮豆腐ステーキ 中華春雨 大豆と昆布の煮もの みそつくね ＜豚肉の柳川風＞	16　642kcal　3.5 回鍋肉 具だくさん春巻き 切干大根と椎茸の煮もの 蓮根のマヨサラダ 高菜まんじゅう ＜和風カレーうどん＞	17 お任せメニュー
19　579kcal　4.4 ささみ天ぷら サバ明太漬け インゲンとひじきの煮もの じゃがツナ煮 がんもの含め煮 ＜豚肉と茄子の味噌炒め＞	20　561kcal　4.1 ソースヒレカツ 白菜の煮浸し ピーマンのおかか炒め イカハンバーグ ＜えびマヨ＞	21　534kcal　4.2 スタミナ焼肉 白身魚チーズフライ 大根と油揚げの煮浸し チャプチェ 玉子豆腐 ＜水餃子のチリソース＞	22　578kcal　4.6 豆腐ハンバーグ ～野菜あんかけ～ 青梗菜のナムル 蒟蒻のヌタ 新生姜入り肉団子 ＜チキンパン粉焼き＞	23　スペシャルデー★味ご飯 フライドチキン ブロッコリーサラダ ミートエッグ平焼き 花しんじょ・木の葉しんじょ ＜アジ南蛮漬け＞	24 お任せメニュー
26　491kcal　4.1 自慢の鶏唐揚げ ふろふき大根 焼き茄子 ミニ笹かまぼこ ＜イカチリ＞	27　599kcal　4.0 肉じゃが たまごサラダフライ カリフラワーカレー スパゲティーサラダ 高野豆腐煮 ＜サバの味噌煮＞	28　634kcal　4.4 チーズinハンバーグ ～デミグラスソース～ 人参しりしり 若竹煮 カニクリームコロッケ ＜マカロニグラタン＞	29　572kcal　3.5 年越しそば 野菜かき揚げ 南瓜サラダ 根菜ごった煮 肉野菜巻き ＜牛しぐれ煮＞	～冬期休業のお知らせ～ 12月30日～1月4日 ご迷惑をおかけ致しますが 何卒ご了承の程お願い致します。	

・お弁当が製造～出荷される様子を動画でご覧いただけます。詳しくはhttp://suzukyu.jp/

・材料などの都合により、一部変更する場合がありますがご了承下さい。

・食中毒防止のため、直射日光を避け、涼しい所で保管し、当日の午後1時までにお召し上がり下さい。

・ご意見等ございましたらこちらまで‥メールアドレス　suzukyu@mecha.ne.jp

・ご注文のお電話は午前9時までにお願いします。

Instagram
suzukyu5333

すずきゅう　検索

お弁当給食の
すずきゅう
TEL059-382-5333