

すずきゅう
の
手作り弁当



Hand Made Lunch



月	火	水	木	金	土
 <p>～6月旬な食べ物～</p> <p>トマト・とうもろこし・アスパラガス・ピーマン・パプリカ・茄子・胡瓜・オクラ・ししとう・さくらんぼ・メロン・パイナップル・びわ・あんず・梅干し・アユ・アジ・イワシ・カツオ・カンパチなど</p> 					1
					お任せメニュー
3 576kcal 3.2 <u>大きなハンバーグ</u> ～トマトソース～ 青梗菜のソテー 蓮根金平 ソーセージ天 ＜ししゃもフライ＞	4 572kcal 4.2 <u>鶏大根キムチ煮</u> いかとオクラの彩かつ ブロッコリーのピーナツ和え 切干大根の煮もの ホキのごましょうゆ漬け焼き ＜イカフリッターの甘酢＞	5 550kcal 4.3 <u>黄金カレイの唐揚げ</u> 大葉つくね巻き 豆腐のカニあん かぶの白だし煮 彩野菜の鶏つみれ ＜八宝麺＞	6 628kcal 3.9 <u>回鍋肉</u> サーモンフライ 麻婆春雨 茄子の煮もの ぎょうざ ＜たっぷりミートオムレツ＞	7 515kcal 4.0 <u>大きなハムカツ</u> もやしのすりごま和え ふきの煮びたし コーンソーファードステーキ ＜メバルのおろし煮＞	8
					お任せメニュー
10 587kcal 3.0 <u>みそヒレカツ</u> 菜の花とツナのナムル和え ごんにやくの甘辛煮 がんともの旨め煮 ＜イカステーキ＞	11 617kcal 4.0 <u>大判肉包み揚げ</u> 特大肉焼売 ゴーヤチャンプル風 蓮根の酢のもの 海鮮チヂミ ＜冷やし中華＞	12 630kcal 3.9 <u>タルタルソースinハンバーグ</u> 潮の香えびのりカツ 茄子のポロネーゼ 青菜と竹輪のいためもの オムレツ ＜魚の南蛮漬け＞	13 549kcal 3.8 <u>とんてき</u> 北海道男爵芋の牛肉コロッケ 法連草の卵とじ 南瓜の甘煮 ふわわり野菜豆腐よせ ＜さわらの塩焼き＞	14 584kcal 3.4 <u>自慢の鶏竜田揚げ</u> ささがきごぼうのネギみそ和え 豆腐のチャンプル お好み焼き ＜ぶり大根煮＞	15
					お任せメニュー
17 564kcal 3.5 <u>チキンステーキ</u> チーズソースin南瓜の包み揚げ 小松菜の辛子和え カリフラワーとツナのサラダ 枝豆オムレツ ＜えびちり＞	18 515kcal 3.4 <u>豚しゃぶ</u> 紀州産梅入りささみフライ 麻婆茄子 焼きビーフン サバのバジル焼き ＜かに玉＞	19 563kcal 3.7 <u>ソース焼きそば</u> お手製鶏天ぷら もやしの煮浸し ジャーマンポテト 紅しょうがイカハンバーグ ＜マスのレモン煮＞	20 564kcal 3.3 <u>和風あんかけ豆腐ハンバーグ</u> 菜の花のヌタ 蓮根のごま和え 紫いもコロッケ ＜濃厚トマトのペコングラタン＞	21 578kcal 3.8 <u>酢豚</u> インゲンの土佐煮 じゃがツナ煮 春巻き ＜しょうが入り豆腐ステーキ＞	22
					お任せメニュー
24 568kcal 3.4 <u>長崎県産！！</u> 真あじ大葉梅肉フライ 大豆とひじきの旨煮 コールスローサラダ ジャンボミートボール ＜鶏肉と夏野菜のバジル焼き＞	25 546kcal 3.0 <u>鶏のチリソース</u> カレールーフライ もやしのナムル和え キャベツと厚揚げの和風煮 玉子焼き ＜北海道秋さけの塩焼き＞	26 <u>スパシャルデー★</u> <u>サイコロステーキ</u> デザート付 カニクリームコロッケ 法連草のソテー サーモンのマリネ ＜蒸し鶏のサラダ＞	27 527kcal 3.1 <u>ジャージャー麺</u> イカフライ ブロッコリーのサラダ ジュースー肉焼売 ＜サバの塩焼き＞	28 625kcal 3.8 <u>大きなハンバーグ</u> ～ステーキソース～ 切干大根サラダ ピーマンのツナ煮 高野豆腐煮 ＜秋刀魚の蒲焼＞	29
					お任せメニュー

・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/>

※カロリー表示は推定値となります

・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ください。

※カロリーの横の数値はオカズの塩分です

・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時までお願いします。・お弁当箱の中へ割箸など他のものを入れないで下さい。



すずきゅう

検索

お弁当給食の
すずきゅう
TEL059-382-5333

