

# WEEKLY MENU

# 5/16 - 21

16  
(月)

旅の日

日替りランチ

**ミックスグリル  
(ハンバーグ・チキン・ハム)**

ポパイエッグ/他2品

カロリー 461 kcal タンパク質 29.8 g 塩分 3.4 g 脂質 26.1 g

プラス

**具だくさん  
春雨サラダ**

カロリー 109 kcal  
タンパク質 4.3 g 塩分 1.1 g  
脂質 2.9 g

17  
(火)

お茶漬けの日

日替りランチ

**鶏肉のカシューナッツ炒め  
牛肉入りコロッケ**

かに玉風玉子焼き/他2品

カロリー 497 kcal タンパク質 17.2 g 塩分 3.3 g 脂質 26.9 g

プラス

**イタリアン  
ハンバーグ**

カロリー 148 kcal  
タンパク質 10.0 g 塩分 1.6 g  
脂質 8.4 g

18  
(水)

日替りランチ

**豚肉のコチュジャン炒め  
春巻きと肉団子**

けんちん煮/他2品

カロリー 488 kcal タンパク質 14.7 g 塩分 3.8 g 脂質 24.8 g

プラス

**魚のムニエル  
バターソース**

カロリー 145 kcal  
タンパク質 9.0 g 塩分 0.7 g  
脂質 6.7 g

19  
(木)

日替りランチ

**鶏肉の竜田  
サルサソースがけ**

五目金平/他2品

カロリー 445 kcal タンパク質 26.0 g 塩分 2.7 g 脂質 29.7 g

プラス

**味噌トンテキ**

カロリー 154 kcal  
タンパク質 8.1 g 塩分 1.6 g  
脂質 8.5 g

20  
(金)

森の日

日替りランチ

**四川風麻婆豆腐  
揚げ餃子**

上海風焼きそば/他2品

カロリー 473 kcal タンパク質 16.5 g 塩分 3.8 g 脂質 28.9 g

プラス

**いか天  
チリソース**

カロリー 99 kcal  
タンパク質 5.5 g 塩分 0.9 g  
脂質 3.6 g

21  
(土)

日替りランチ

**茄子のミートソース**

他、お楽しみおかず4品

★土曜日のご注文は金曜日の15時までをお願いいたします。

上記のカロリー表示には「ごはん」分は含まれておりません。「ごはん(並)」カロリー 359kcal タンパク質 5.8g (表記の数値は目安です)

ご注文お待ちしております！

- お弁当のご注文は配達時間の都合上、9時30分までをお願いします。
- 保健衛生上、お届けしたお弁当は13時までにお召し上がりください。
- 資源リサイクルのため、箸・箸袋はお弁当箱に入れないで下さい。  
廃棄するか、はこびの中に入れるようご協力をお願いいたします。
- 気象条件などによる食材調達の都合上、料理内容を多少変更させていただく場合がございます。  
ご意見ご質問は

[info@yamaji.co.jp](mailto:info@yamaji.co.jp)

株式会社 山路フードシステム 〒242-0008 神奈川県大和市中央林間西 3-6-15

<http://www.yamaji.co.jp/>