

# 6月のメニュー

おいしい料理は愛情と工夫から

夏の食中毒防止強化月間  
5/1~10/31

■ 蛋白質 ● 脂質 ▲ 塩分

月 Mon 火 Tue 水 Wed 木 Thu 金 Fri

1



ミートコロケ  
小籠包

■ 15.9g ● 13.7g ▲ 2.6g **702kcal**

2



ハンバーグ  
うずらフライ

■ 23.9g ● 15.5g ▲ 3.0g **737kcal**

3



豚肉の生姜炒め  
高菜オムレツ

■ 19.9g ● 17.5g ▲ 2.0g **726kcal**

4



豆腐ハンバーグ  
ウィンナーフライ

■ 21.5g ● 13.0g ▲ 2.7g **731kcal**

今月のおすすめ

5



オリジナル  
CURRY  
ビーフカレー  
ORIGINAL BEEF CURRY

ーフカレー  
メンチカツ

■ 20.4g ● 28.1g ▲ 3.5g **905kcal**

8



ハムカツ  
ミートボール

■ 22.1g ● 14.1g ▲ 3.0g **737kcal**

9



鶏の唐揚げ  
サケの塩焼き

■ 29.3g ● 26.9g ▲ 2.5g **834kcal**

10



白身魚フライ  
ウィンナー

■ 17.5g ● 13.3g ▲ 2.2g **669kcal**

11



竹輪の紅色揚げ  
大葉巻きつくね

■ 16.3g ● 11.4g ▲ 2.7g **684kcal**

今月のおすすめ

12



焼肉カルビ風フライ  
オムレツ

■ 20.0g ● 16.6g ▲ 2.4g **706kcal**

15



黒毛和牛メンチカツ

■ 18.2g ● 22.1g ▲ 2.5g **774kcal**

16



鶏の天ぷら  
ジャンボミートボール

■ 22.7g ● 15.7g ▲ 3.0g **736kcal**

麦ごはん

17



麦ごはん  
エビフライ

■ 17.7g ● 13.5g ▲ 1.9g **714kcal**

18



海鮮豆腐ステーキ  
蓮根・さつま芋の天ぷら

■ 20.5g ● 9.2g ▲ 3.0g **701kcal**

19



クラッシュスーパーコンエッグカツ  
カニ焼売

■ 20.7g ● 18.4g ▲ 3.0g **807kcal**

22



コーンコロケ  
甘酢棒肉団子

■ 17.9g ● 17.2g ▲ 2.9g **752kcal**

23



ヤンニョムチキン  
チヂミ

■ 19.7g ● 14.4g ▲ 3.3g **726kcal**

24



サバの塩焼き  
竹輪の磯辺揚げ

■ 26.3g ● 19.1g ▲ 2.5g **781kcal**

25



春巻き  
じゃがマガオムレツ

■ 11.3g ● 19.5g ▲ 1.9g **717kcal**

26



味噌カツ  
キャベツ焼き

■ 27.3g ● 14.0g ▲ 3.5g **793kcal**

29



卵の花フライ  
ハムステーキ

■ 19.4g ● 17.2g ▲ 2.0g **751kcal**

30



豆腐ステーキ  
豚肉の天ぷら

■ 26.4g ● 19.1g ▲ 2.3g **792kcal**

当社ホームページでも  
メニュー表を  
ご覧いただけます。  
是非ご利用下さい。

今月のピックアップ食材

## 健康応援団

対象食材：豚肉

今月の登場日 3 今月の登場日 30

ビタミンB1で夏バテ防止！

豚肉にはビタミンB1が豊富！  
豚肉にはビタミンB1が多く含まれ、豚肉100gで一食分のビタミンB1を摂取することができます。そんなビタミンB1はご飯やパンなどの糖質をエネルギーに変えるために必要不可欠な栄養素です。ビタミンB群は「疲労回復のビタミン」と呼ばれることもあり、体内に乳酸が溜まるのを防いでくれます。また自律神経のバランスを整えてくれるため、疲れやストレスが溜まっている人におすすめの食材です！梅雨の暑さやジメジメで疲れている人は豚肉でビタミンB1を補給しましょう！


