



ふくふく亭 お弁当予定表



照焼チーズつくね

- 1 水 豚バラとほうれん草の炒め物
- 2 木 黒酢鶏
- 3 金 麻婆豆腐と唐揚



- 7 火 海老鶏チリ
- 8 水 タコライス
- 9 木 チキンソテークリームソース
- 10 金 鶏肉とクルミの甘みそ炒め

チンジャオロースー



- 14 火 皮バリチキンのバルサミコソース
- 15 水 ガパオ風炒め
- 16 木 鶏肉とカシューナッツの炒め物
- 17 金 豆腐ハンバーグ和風ソース

サバの梅シソおろし



- 21 火祝 彩り唐揚
- 22 水 サバの梅シソおろし
- 23 木 照焼チーズつくね
- 24 金 チンジャオロースー

タンドリーチキン



酢豚



- 28 火 豚肉と搾菜の炒め物
- 29 水 ゴマ風味チキン
- 30 木 油淋鶏
- 31 金 タンドリーチキン



