

	昼食	夕食		昼食	夕食		昼食	夕食
2月1日	ロールキャベツ クリームソース	牛すきやき(井)	2月1日	焼肉	筍と鶏肉のクリーム煮			
5日	大根の煮物洋風仕立て	ほうれん草の辛子和え	2月2日	芋餡かけ	ハムとキャベツのマリネ			
日	厚揚げの五目あんかけ	大根さくら漬	2月3日	おでん風煮物	豚肉とこんにゃく炒め			
日	ワカメのたらこ和え	大根さくら漬	2月4日	きのこのおひたし	オクラと昆布のたくあんちらし			
	エネルギー 416kcal 塩分 2.0g	エネルギー 456kcal 塩分 2.7g		エネルギー 451kcal 塩分 1.9g	エネルギー 421kcal 塩分 1.9g			
2月1日	さばのハニーマスタードカツ	鶏肉ときこのトマト煮	2月2日	ハンバーグオニオンソース	洋風ロールキャベツ(トマトソース)			
6日	キャベツのごま酢和え	肉焼きそば	2月3日	ブロッコリーとカニカマのたまごサラダ	大豆五目煮			
月	根菜のカボチャ風	あさりとしゃが芋のクリーム煮	2月4日	豆腐と春雨の旨煮	ミモザ風はんぺん温サラダ			
月	小松菜と油揚げの煮浸し	ごぼうサラダ	2月5日	ワカメの酢の物	小松菜の胡麻和え			
	エネルギー 486kcal 塩分 1.8g	エネルギー 487kcal 塩分 2.2g		エネルギー 482kcal 塩分 2.2g	エネルギー 440kcal 塩分 1.7g			
2月1日	家常豆腐(ジャージャン豆腐)	牛肉とインゲンの炒め物	2月2日	鶏肉のチリソース炒め	揚げアジの野菜あんかけ			
7日	チンゲン菜のごま和え	お魚厚揚げ	2月3日	大根のあんかけ	オクラのごま和え			
日	イカ入りつみれの炊き合せ	じゃが芋といたけの煮物	2月4日	田舎煮	さつま芋のケチャップ煮			
火	梅ごぼう	バターコーン	2月5日	三色炒め煮	ツナマカロニサラダ			
	エネルギー 409kcal 塩分 1.6g	エネルギー 498kcal 塩分 1.6g		エネルギー 443kcal 塩分 1.6g	エネルギー 514kcal 塩分 1.5g			
2月1日	鶏肉と茄子の和風炒め	肉豆腐	2月2日	スケソウダラの西京焼き	白菜と豚肉のうま煮			
8日	ねぎとちくわのぬた	カリフラワーのレモンマリネ	2月3日	チンゲン菜のツナ和え	彩りしんじょう			
日	青菜とチャーシューの刻み炒め	鶏団子の炊き合わせ	2月4日	鶏ゴボウ	けんちん煮			
水	ツナとキャベツの炒め物	ジャーマンポテト	2月5日	ズッキーニのみぞれ和え	マカロニトマトソース			
	エネルギー 448kcal 塩分 2.3g	エネルギー 444kcal 塩分 1.8g		エネルギー 429kcal 塩分 1.5g	エネルギー 480kcal 塩分 1.9g			
2月1日	鶏肉と里芋のカレー煮	ホイコーロー	2月2日	鶏肉とじゃが芋の甘辛煮	牛蒡と牛肉のカレーマヨネーズ風			
9日	ワカメとカニカマの酢の物	濃厚ポテトサラダ	2月3日	ぶり辛こんにゃく	じゃが芋のマーボー炒め			
木	海老の和風玉子どじ	あざりと玉葱の酒蒸し	2月4日	大根と豚肉の煮物	茄子と厚揚げの照り炒め			
木	コーンと玉葱のおかか炒め	チンゲン菜ともやしのナムル	2月5日	インゲンの胡麻和え	ほうれん草のおひたし			
	エネルギー 426kcal 塩分 2.3g	エネルギー 482kcal 塩分 1.9g		エネルギー 430kcal 塩分 1.8g	エネルギー 475kcal 塩分 1.9g			
2月1日	豚肉と長芋のさっぱり塩ダレ	いわし入り団子の柚子あんかけ	2月2日	若鶏の利休焼き	豚肉と彩り野菜の柚子風味			
2日	マカロニのペペロン風	エノキ草の煮浸し	2月3日	厚揚げのかか煮	さつま芋の甘露煮			
0日	きのこの炒り豆腐	味噌田楽	2月4日	ピーマンの塩炒め	高野豆腐のがめ煮			
日	ワカメの胡麻マヨ和え	さつまいもサラダ	2月5日	こんにゃくさんびら	切干大根とひじきの旨煮			
	エネルギー 461kcal 塩分 2.1g	エネルギー 423kcal 塩分 1.9g		エネルギー 474kcal 塩分 1.9g	エネルギー 437kcal 塩分 1.5g			
2月1日	鶏のスパイス炒め	豚肉と春菊のオイスター炒め	2月2日	マグロの照り焼きハンバーグ	味噌つくね			
2日	チンゲン菜の煮浸し	白菜の生姜和え	2月3日	蓮根の玉子どじ	甘辛大根とこんにゃくの炒め煮			
1日	南瓜のほろり煮	豆腐のチャンプルー	2月4日	肉野菜炒め	茄子とオクラのトマトソース煮			
日	味噌風味きんぴらごぼう	ピーマンと竹の子の炒め物	2月5日	蒸し鶏と茄子の味噌和え	ほうれん草のツナ和え			
土	エネルギー 457kcal 塩分 1.8g	エネルギー 440kcal 塩分 1.8g		エネルギー 480kcal 塩分 1.9g	エネルギー 460kcal 塩分 2.2g			

★追加注文・キャンセルなどの変更のご連絡は
前日14時までにお願ひします。店員不在時は
留守番電話にご伝言を残してください。