

2021年われもこう弁当 1月のこんだて表

TEL 24-2053
TEL 0120-63-0065
FAX 24-2053

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
<p>～年末年始休業のお知らせ～</p> <p>2020年12月29日(火)～2021年1月4日(月)迄</p> <p>休業いたします</p>				
	<p>5 ごはん ハンバーグ ひじきの炒り煮 春雨の酢の物 709Kcal</p>	<p>6 ごはん 鯖の葱焼き ひじきの炒り煮 かぼちゃサラダ 695Kcal</p>	<p>7 ごはん 豚の生姜焼き 切干大根煮 わかめの酢の物 737Kcal</p>	<p>8 ごはん チーズはんぺんフライ 味噌炒め カニマヨサラダ 805Kcal</p>
<p>11 成人の日</p>	<p>12 ごはん 鱈のとろろ焼き 大根の炒り煮 たまごサラダ 768Kcal</p>	<p>13 ごはん 鶏のクリーム焼き ツナじゃが 磯辺あえ 691Kcal</p>	<p>14 ごはん エビフライ 蒟蒻の土佐煮 ゆかりあえ 823Kcal</p>	<p>15 ごはん すき焼き風煮 おから 中華風酢の物 733Kcal</p>
<p>18 ごはん 肉だんご きゃべつの蒸し煮 ポテトサラダ 781Kcal</p>	<p>19 ごはん 鯖の味噌煮 茄子の揚げ浸し 梅肉あえ 666Kcal</p>	<p>20 ごはん 焼肉炒め 高野の含め煮 オクラの酢の物 740Kcal</p>	<p>21 ごはん オムレツミートソースかけ きんぴら スパゲッティサラダ 722Kcal</p>	<p>22 ごはん てんぷら ピリ辛こんにゃく からし酢あえ 806Kcal</p>
<p>25 ごはん 鯖の塩焼き 中華炒め 根菜のなます 606Kcal</p>	<p>26 キャロットライス 手羽先のサッパリ煮 煮豆 海苔酢あえ 654Kcal</p>	<p>27 ごはん 赤魚のカレーマヨ焼き 味噌田楽 ピーナッツあえ 654Kcal</p>	<p>28 ごはん からあげ 小松菜の煮浸し マカロニサラダ 770Kcal</p>	<p>29 ごはん 塩鮭 切り干しナポリタン 胡麻マヨあえ 630Kcal</p>