

2022年12月

われもこう弁当献立表

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
			1 ごはん 赤魚コーンマヨ焼き 揚げ茄子のポン酢煮 おかかあえ 702Kcal	2 ごはん 八宝菜 高野の含め煮 たまごサラダ 772Kcal
5 ごはん 鯖の味噌煮 南瓜のあんかけ ひじきサラダ 811Kcal	6 ごはん 揚げないメンチカツ 小松菜の煮浸し ポテトサラダ 846Kcal	7 ごはん ホッケ明太子焼き 筑前煮 春雨の酢の物 738Kcal	8 ごはん お好み焼き風焼きチキン 糸こんにゃくの炒り煮 甘酢れんこん 797Kcal	9 ごはん 牡蠣フライ 炊き合わせ ピーナッツあえ 782Kcal
12 ごはん 甘辛肉詰めいなり キャベツの和風炒め 南瓜サラダ 762Kcal	13 ごはん 魚のホワイトソース焼き 大豆カレー煮 酢味噌和え 743Kcal	14 ごはん お肉のミートソースかけ 竹輪の炒り煮 法蓮草のお浸し 666Kcal	15 ごはん エビチリ 里芋の煮物 ひじき胡麻マヨあえ 788Kcal	16 ごはん 豚の玉葱ソース 若竹煮 まめサラダ 807Kcal
19 ごはん 大きなコロケ きんぴら ポン酢あえ 683Kcal	20 ごはん 鰯の甘酢漬け じゃが芋のケチャップ煮 ツナサラダ 745Kcal	21 ごはん 大豆ミートハンバーグ 切り干し大根の煮物 スパサラダ 762Kcal	22 ごはん 鯖の塩麹焼き ジャーマンポテト ゆかりあえ 616Kcal	23 ごはん からあげ ひじきの炒り煮 マカロニサラダ 868Kcal
26 ごはん 焼き鮭 きりぼしナポリタン ごまマヨサラダ 630Kcal	27 ごはん 豚すき焼き風に 白和え 中華風酢の物 757Kcal	28 ごはん 天婦羅 ピリ辛蒟蒻 からし酢あえ 779Kcal	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>年末年始の営業について</p> <p>下記の期間は休業とさせていただきます。 12月29日(木)～1月4日(水)</p> <p>新年は1月5日(木)より通常営業いたします</p> </div>	