

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

2025年12月 われもこう弁当献立表

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
1 ごはん 葱まみれチキン 糸コンの炒り煮 ゆかりあえ 620Kcal	2 炊き込みごはん 白身魚フライ 根菜きんぴら 梅肉あえ 629Kcal	3 ごはん サバの味噌煮 たまごとし ビーフンあえ 712Kcal	4 ごはん チーズはんぺんフライ 味噌炒め おかかあえ 757Kcal	5 ごはん アジのとろろ焼き きりほしナポリタン お浸し 601Kcal
8 ごはん とんかつ 大根の炒り煮 こんぶあえ 742Kcal	9 ごはん お好み焼き風たまご 糸こんと里芋の煮物 わかめの酢の物 587Kcal	10 ごはん タラのポテトマヨ焼き きんぴらごぼう レモンあえ 718Kcal	11 ごはん 筑前煮 たまごサラダ 春雨の酢の物 593Kcal	12 ごはん ホッケのホイル焼き 炊き合わせ 中華あえ 628Kcal
15 ごはん 白身魚の甘酢あんかけ ひじきの炒り煮 スパゲッティサラダ 647Kcal	16 ごはん 牛肉と厚揚げの甘辛煮 舞茸天 わかめの酢の物 782Kcal	17 ごはん サバの塩麹漬け ベージャが ごまマヨサラダ 713Kcal	18 ごはん 海老チリソース 切り干し大根煮 ピーナッツあえ 714Kcal	19 ごはん ハンバーグ ひじきの炒り煮 ツナサラダ 711Kcal
22 ごはん コロッケ ちくわの炒り煮 フロッキーサラダ 751Kcal	23 ごはん ポークチャップ おからの炒り煮 マカロニサラダ 818Kcal	24 ごはん さかな団子煮 きんぴら蓮根 シルバーサラダ 714Kcal	25 ごはん とりからあげ 小松菜の煮浸し だいずサラダ 790Kcal	26 ごはん 鰯の粒マスタード焼き 土佐煮 ポン酢あえ 605Kcal

～ 年末年始お休みのお知らせ ～

休業期間 2025年12月27(土)～2026年1月4(日)

尚、新年は2026年1月5日(月)より通常営業いたします。