

2018

## 2月 ゆいま〜る食堂献立表

TEL. 042-583-1770

営業時 昼：11：30～13：30（ラストオーダー13：00）  
夜：18：00～20：00（ラストオーダー19：30）

		昼ご飯	夕ご飯			昼ご飯	夕ご飯
月	5	毎月第一月曜日は運営会議の為 お休みさせていただきます	鮭のつけ焼き お煮しめ チンゲン菜の和え物 ----- 530kカロリー 塩分2.4g	12	鱈の生姜煮 ほうれん草卵炒め ----- 549kカロリー 塩分2.7g	キャベツ入りメンチカツ 切干大根の煮物 ニラともやしのおひたし ----- 547kカロリー 塩分2.3g	
火	6	鯖の土佐酢 高野豆腐の煮物 ----- 567kカロリー 塩分3.1g	豚肉のすき焼き風 白菜おかか和え きゅうりの酢の物 ----- 583kカロリー 塩分3.6g	13	カレーライス コールスロー ヨーグルト ----- 599kカロリー 塩分2.1g	アジのかば焼き 春雨サラダ 小松菜としめじののり和え ----- 579kカロリー 塩分3.7g	
水	7	豚カツ ひじきの煮物 ----- 562kカロリー 塩分2.1g	魚のネギみそ焼き 牛蒡と白滝の炒り煮 卵と野沢菜の炒め物 ----- 509kカロリー 塩分3.7g	14	タラの香味蒸し ごぼうの土佐煮 ----- 472kカロリー 塩分2.9g	肉じゃが かぶと鮭の和え物 ブロッコリーの味噌マヨネーズ ----- 625kカロリー 塩分3.6g	
木	8	ぶり大根 白菜ときゅうりのサラダ ----- 602kカロリー 塩分3.2g	鶏つくね焼き マカロニサラダ 青菜ともやしの和え物 ----- 586kカロリー 塩分2.8g	15	鶏と大根のとりみ煮込み ひじきのサラダ ----- 581kカロリー 塩分2.9g	かに玉風あんかけ 青菜和え物 じゃが芋煮物 ----- 539kカロリー 塩分3.3g	
金	9	豆腐ステーキ肉みそ ピーマンと人参の和え物 ----- 481kカロリー 塩分2.3g	鱈の竜田揚げ がんもの煮物 ほうれん草のごま和え ----- 616kカロリー 塩分3.2g	16	ホッケの塩焼き 切り昆布煮物 けんちん汁 ----- 592kカロリー 塩分2.7g	煮豚 キャベツとツナのカレー煮 かぶとわかめの酢の物 ----- 589kカロリー 塩分3.2g	
土	10	アジのピカタ いんげんの和え物 ----- 十五穀米 520kカロリー 塩分2.8g	回鍋肉 油揚げ卵とじ 昆布煮 ----- 十五穀米 563kカロリー 塩分3.2g	17	酢鶏 大根サラダ 中華スープ ----- 十五穀米 501kカロリー 塩分2.1g	鱈の柚庵焼き じゃが芋の細切り炒め 竹輪ときゅうりのごま酢和え ----- 501kカロリー 塩分2.1g	
日	11	揚げ鶏香味ソース 青菜ごま和え 中華スープ 中華ごはん ----- 614kカロリー 塩分2.6g	さんまのカレー焼き(新メニュー) 卵の花 人参甘酢 ----- 654kカロリー 塩分3.0g	18	鮭のチャンチャン焼き かぼちゃの煮物 ----- 535kカロリー 塩分2.3g	豚肉味噌漬け もやしのナムル 青菜おひたし ----- 610kカロリー	

☆昼定食  
☆夕定食¥700  
¥750

汁物・ご飯付き

昼定食、夕定食共にご予約のお客様を優先にお取り置きさせて頂いております。

定食には数に限りがございますので、品切れの際はご容赦いただきますよう、よろしくお願い致します。