

2018

4 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	16	鶏のから揚げ 青菜とふの煮浸し 十五穀米 492kカロリー 塩分2.1g	鯖の塩こうじ漬け かぼちゃサラダ もやしの辛しあえ 十五穀米 596kカロリー 塩分2.9g	23	エビと豆腐のチリソース 小松菜と大根和えもの 十五穀米 538kカロリー 塩分3.4g	豚肉さっぱり焼き マカロニサラダ ブロッコリー和え! 十五穀米 624kカロリー 塩分3.6g
火	17	鮭の照り焼き 高野豆腐野菜あんかけ(新メニュー) 493kカロリー 塩分2.9g	麻婆なす 春雨の酢の物 青菜おひたし 518kカロリー 塩分3.2g	24	筑前煮 うどとわかめのぬた和え 481kカロリー 塩分2.5g	鯖の木の芽焼き 青菜辛し和え さつま芋甘煮 610kカロリー 塩分3.6g
水	18	三色丼 大根のなめたけおろし和え 485kカロリー 塩分2.5g	赤魚の煮付け 青菜と桜えびの炒め物 きゅうりとわかめのマヨネーズ和え 571kカロリー 塩分3.5g	25	太刀魚天ぷら 変わりなます 603kカロリー 塩分3.3g	豚肉味噌漬け いんげんと油揚げ煮物 新玉ねぎおかかかき和え 620kカロリー 塩分3.1g
木	19	アジの香味ソースがけ ほうれん草ごま和え 466kカロリー 塩分2.4g	豚肉くわ焼き 切り昆布の煮物 キャベツの梅肉和え 624kカロリー 塩分2.7g	26	菊花しゅうまい ナムル 中華スープ 535kカロリー 塩分2.8g	焼き魚(ホッケ) キャベツと人参ごま酢 粉ふき芋 555kカロリー 塩分2.9g
金	20	信田巻 なすとピーマンの炒め物 512kカロリー 塩分2.8g	鯖の土佐酢 ふきの煮物 青菜の辛し味噌和え 521kカロリー 塩分3.6g	27	タラのカレーソース 高野豆腐とグリーンピースの卵とし スープ 530kカロリー 塩分2.8g	鶏つくね照り焼き 切干大根煮物 青菜おひたし 541kカロリー 塩分3.4g
土	21	桜まつり キーマカレー キャベツのピクルス ヨーグルト 563kカロリー 塩分2.1g	鶏肉と新じゃがのソテー 小松菜生姜しょうゆ和え 大根の酢の物 574kカロリー 塩分3.7g	28	ポークチャップ きゅうりとりんごのサラダ 549kカロリー 塩分2.9g	さんまの梅煮 もやしとハムの炒め物 チンゲン菜和え物 572kカロリー 塩分3.2g
日	22	豚カツ 青菜と人参の煮物545 545kカロリー 塩分2.1g	鯖の利休焼き ひじきの煮物 チンゲン菜和え物 543kカロリー 塩分2.9g	29	焼き鯖大根 春キャベツのマヨネーズソース 619kカロリー 塩分3.4g	親子煮 青菜のり和え 人参ごま酢 530kカロリー 塩分3.2g

☆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。