

2018

5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 | 7 | 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 | | 14 | タラのフリッター 炒めなます | 豚肉の生姜焼き ほうれん草おひたし 人参甘酢 |
| | | | | | 492kカロリー 塩分3.0g | 550kカロリー 塩分2.4g |
| 火 | 8 | タラの野菜あんかけ 煮豆 十五穀米 | 豚肉となすの味噌炒め 人参ごま和え きゅうりの甘酢炒め 十五穀米 | 15 | 鶏肉とグリーンピースのクリーム煮 (新メニュー) 黄パプリカの生姜和え 十五穀米 | 赤魚西京焼き 小松菜煮浸し かぼちゃの煮物 十五穀米 |
| | | 521kカロリー 塩分2.2g | 540kカロリー 塩分3.0g | | 550kカロリー 塩分2.8g | 549kカロリー 塩分2.3g |
| 水 | 9 | 鶏肉と長ネギのオイスターソース炒め 青菜煮浸し | 煮魚(鱈) さつま揚げの煮物 ほうれん草のおひたし | 16 | アジの利休焼き 青菜炒め煮 | 麻婆なす 新玉ねぎのサラダ 青菜のえのき茶漬け和え |
| | | 470kカロリー 塩分3.0g | 5498kカロリー 塩分3.6g | | 525kカロリー 塩分2.3g | 555kカロリー 塩分3.1g |
| 木 | 10 | 焼き鯖のみぞれ酢 マカロニサラダ | 豆腐のずんだソース(新メニュー) 小松菜肉みそ和え(新メニュー) うどの酢の物 | 17 | 豚肉酢豚風 青菜おかか和え | 太刀魚のソテー 大根人参煮物 キャベツのピクルス |
| | | 590kカロリー 塩分2.8g | 510kカロリー 塩分2.9g | | 495kカロリー 塩分2.9g | 520kカロリー 塩分3.0g |
| 金 | 11 | 豚肉とじゃが芋の粒マスタード焼き(新メニュー) ピーマンおかか和え | ホッケ塩焼き ふきの煮物 わかめとキャベツの酢の物 | 18 | 鮭とアスパラのかき揚げ わかめと三つ葉あっさり煮 | チキンとじゃが芋のソテー チンゲン菜和え物 人参甘酢 |
| | | 516kカロリー 塩分2.8g | 530kカロリー 塩分3.8g | | 491kカロリー 塩分2.0g | 573kカロリー 塩分3.8g |
| 土 | 12 | さんまの梅風味照り焼き(新メニュー) 炒り豆腐 | 鶏肉すき焼き風 きゅうりの酢の物 青菜和え物 | 19 | ピーマンの肉詰め 三色きんぴら | 鯖の塩焼き 青菜とひじきの白あえ うどの辛し酢みそ |
| | | 601kカロリー 塩分2.8g | 593kカロリー 塩分3.7g | | 505kカロリー 塩分2.8g | 554kカロリー 塩分3.7g |
| 日 | 13 | 鮭の三色丼(新メニュー) なすとカニカマの酢の物 | 鶏挽肉の五目煮 人参ナムル 大根のなめたけ和え | 20 | 鱈の梅蒸し 切り昆布煮物 | 豚肉とかぼちゃの焼きびたし 青菜おひたし トマトおろし和え |
| | | 470kカロリー 塩分2.5g | 495kカロリー 塩分2.9g | | 505kカロリー 塩分2.5g | 570k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。