

2019

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	4	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	豚肉味噌漬け焼き もやしのナムル 青菜おひたし 583kカロリー 塩分3.0g	11	チキンのカレー風味蒸し 切干大根煮物 521kカロリー 塩分2.4g	ぶりの照り焼き マカロニサラダ 青菜おかか和え 661kカロリー 塩分3.7g
火	5	鶏の照り焼き 白菜煮浸し 538kカロリー 塩分2.8g	赤魚の煮付け ピーマンとしめじの炒め物 紅白なます 530kカロリー 塩分3.1g	12	鮭のチャンチャン焼き かぼちゃサラダ 552kカロリー 塩分2.3g	豚肉と玉ねぎつゆ煮 小松菜辛し和え 人参の梅和え 540kカロリー 塩分3.5g
水	6	アジのピカタ 五目豆 527kカロリー 塩分2.6g	麻婆豆腐 春雨の酢の物 チンゲン菜生姜しょうゆ 517kカロリー 塩分3.2g	13	揚げ鶏香味ソース 青菜ごま和え 中華スープ 608kカロリー 塩分2.5g	タラのネギみそ焼き 高野豆腐煮物 キャベツの炒め物 513kカロリー 塩分3.1g
木	7	豚カツ ひじきの煮物 十五穀米 562kカロリー 塩分2.3g	鮭の塩こうじ焼き スパゲティサラダ 青菜和え物 十五穀米 573kカロリー 塩分2.9g	14	さんまの生姜煮 炒り豆腐 十五穀米 591kカロリー 塩分2.8g	ミートオムレツ さつま芋甘煮 人参とピーマンの和え物 589kカロリー 塩分2.9g
金	8	エビと豆腐のチリソース きゅうりとりんごの酢の物 中華スープ 578kカロリー 塩分2.9g	鶏肉酢醤油煮 ブロッコリー味噌マヨネーズ 人参ごま和え 663kカロリー 塩分2.8g	15	豚肉すき焼き風 ほうれん草のバター炒め 612kカロリー 塩分3.6g	鯖の味噌煮 卵のチリソース 青菜おひたし 557kカロリー 塩分3.3g
土	9	ハンバーグ 青菜炒め煮 612kカロリー 塩分2.5g	焼魚(ホッケ) がんもの煮物 ほうれん草ゆかり和え 557kカロリー 塩分3.0g	16	鯖の西京焼き 里芋の煮物 553kカロリー 塩分2.8g	鶏肉と大根のとろみ煮込み ブロッコリー和え物 もやしの辛しあえ 632kカロリー 塩分2.8g
日	10	鯖の土佐酢 しめじと人参のきんぴら 5312kカロリー 塩分2.4g	鶏団子のスープ煮 青菜ごま味噌和え わかめ生姜酢 540kカロリー 塩分3.6g	17	豆腐ステーキ ハムとキャベツのサラダ スープ 572kカロリー 塩分2.9g	アジの利休焼き 人参じゃこ煮 ピーマン炒め物 582kカロリー 塩分2.9g

 ☆昼定食
 ☆夕定食

 ¥730
 ¥780

} 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。