

ゆいま～る食堂

4月29日(月) ～ 5月12日(日) メニュー

	4月29日(月)	4月30日(火)	5月1日(水)	5月2日(木)	5月3日(金)	5月4日(土)	5月5日(日)
昼食	ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き アスパラのごま和え	ご飯 味噌汁 豚しゃぶの胡麻豆乳だれ 根菜の煮物	ご飯 味噌汁 鶏肉のバジルソテー ふきとさつま揚げの煮物	ご飯 すまし汁 さわらの味噌煮 スナップエンドウとベーコンのソテー	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 ブロッコリーのツナサラダ	ご飯 味噌汁 さばの山椒焼き インゲンのソテー	ご飯 すまし汁 焼肉風炒め 筍と青菜の酢味噌がけ
	Iネ 527 ヨカリ 2.4	Iネ 653 ヨカリ 2.4	Iネ 528 ヨカリ 2.6	Iネ 511 ヨカリ 2.3	Iネ 518 ヨカリ 2.4	Iネ 535 ヨカリ 2.3	Iネ 630 ヨカリ 2.3
夕食	ご飯 味噌汁 鶏肉と冬瓜のさっぱり煮 さつまいも金平 小松菜の磯和え	ご飯 味噌汁 鮭のバターポン酢がけ さつま芋のりんご煮 五色なます	ご飯 味噌汁 ウィンナーとアスパラの卵炒め ぜんまいの五目煮 茄子のドレッシング和え	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 南瓜含め煮 大根のゆかり和え	ご飯 味噌汁 タラのおろし煮 チンゲン菜のオイスター炒め カリフラワーのマスタード和え	ご飯 すまし汁 豆腐と豚肉のチャンプルー かぶの煮物 きゅうりとわかめの酢味噌和え	ご飯 味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き スナップエンドウのピリ辛炒め 茄子の薬味醤油和え
	Iネ 604 ヨカリ 2.8	Iネ 606 ヨカリ 2.5	Iネ 627 ヨカリ 3.7	Iネ 694 ヨカリ 3.0	Iネ 433 ヨカリ 2.8	Iネ 588 ヨカリ 3.2	Iネ 695 ヨカリ 2.8
	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)	5月12日(日)
昼食	ご飯 味噌汁 白身魚の葱あんかけ カリフラワーカレーマリネ	ご飯 コンソメスープ 照焼ハンバーグ さつま芋とチーズのサラダ	ご飯 味噌汁 マスのタルタルソース焼き 彩おかか和え	ご飯 かき玉スープ 豚肉の塩麹炒め ツナとトマトのサラダ	ご飯 のっぺい汁 グリルチキンきのこソース アスパラのわさび和え	ご飯 すまし汁 カレーの酢味噌かけ ほうれん草のくるみ和え	ご飯 コンソメスープ △豚肉のケチャップ炒め カラフルサラダ
	Iネ 392 ヨカリ 2.5	Iネ 552 ヨカリ 3.3	Iネ 493 ヨカリ 2.2	Iネ 720 ヨカリ 2.7	Iネ 546 ヨカリ 2.5	Iネ 441 ヨカリ 2.4	Iネ 661 ヨカリ 2.4
夕食	ご飯 味噌汁 豚肉の粒マスタード炒め さつま揚げの煮物 アスパラの胡麻和え	ご飯 味噌汁 ぶりの塩香味焼き 切昆布と竹輪の煮物 白菜のなめたけ和え	ご飯 すまし汁 鶏肉のみそ焼き ふきと油揚げの煮物 切干大根の柚子胡椒風味	ご飯 味噌汁 豆腐の肉味噌かけ 竹の子と人参の煮物 おくらのしば漬け和え	ご飯 味噌汁 あじの生姜煮 青菜のソテー 春雨のポン酢和え	ご飯 味噌汁 肉豆腐 もやしとツナのソテー ブロッコリーのマヨ和え	ご飯 味噌汁 白身魚の照り煮 セロリの生姜炒め 茄子とトマトのマリネ
	Iネ 711 ヨカリ 3.4	Iネ 605 ヨカリ 3.3	Iネ 573 ヨカリ 2.9	Iネ 538 ヨカリ 2.7	Iネ 482 ヨカリ 3.3	Iネ 694 ヨカリ 3.5	Iネ 488 ヨカリ 3.1

Iネ・・・エネルギー(kcal) ヨカリ・・・食塩相当量(g)

☆昼定食 ￥730

☆夕定食 ￥780

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。

★1品メニュー(小鉢付)★

・キーマカレー 730円

・ワカメうどん 730円

・親子丼 730円

TEL: 042-583-1770 / 営業時間(昼) 11時半～13時半(ラストオーダー13時) / (夜) 18時～20時(ラストオーダー19時半)