





3月 ゆいま～る食堂献立表

☎042-583-1770

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

		昼定食		夕定食	
月	23	 食堂はお休みです  <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block; margin: 10px auto; width: 80%;"> 27日は工事明けの為、定食のみの提供とさせていただきます。 </div>			
火	24				
水	25				
木	26				
金	27				
		チンジャオ井 チンゲン菜のナムル 433 カロリー 塩分 2.8 g	鶏肉のアップルソース 南瓜の煮物 茄子の梅和え 660 カロリー 塩分 2.9 g		
土	28	三色井 もやしのしば漬け和え 433 カロリー 塩分 3.4 g	菜飯/豆腐とエビの旨煮 大根の土佐煮 アスパラと蒸し鶏のサラダ 469 カロリー 塩分 4 g		
日	29	鶏肉のクリームソース きんぴらごぼう 432 カロリー 塩分 2.5 g	白身魚の利休煮 カリフラワーのカレーソテー 白菜の塩昆布和え 432 カロリー 塩分 2.5 g		

		昼定食		夕定食	
30	カレイのムニエル インゲンのごまマヨ和え 205 カロリー 塩分 2.2 g	鶏肉と野菜の五目煮 もやしニラ玉 ブロッコリーのピーナッツ和え 592 カロリー 塩分 2.9 g			
31	とんかつ 青菜とカニカマの和え物 507 カロリー 塩分 2.9 g	あじのレモン焼き れんこんの煮物 春雨のシルバーサラダ 579 カロリー 塩分 2.9 g			

<3月の行事食メモ>

【桃の節句】



中国ではこの日に水辺で身を清める習慣がありました。それが平安時代に日本に伝わり、草木、紙や藁で作った素朴な人形(ひとがた)に自分の厄災を移す習わしや、貴族階級の子どもの間で始まった「ひいな遊び」という人形遊びが結びつき、海や川に人形(にんぎょう)を流してお祓いをする「流し雛」の習慣となりました。

やがて、江戸時代に上巳の節句が五節句のひとつに定められると、5月5日が男の子の節句であるのに対し、3月3日は女の子の節句となり、桃や雛人形を用いることから、「桃の節句」「雛祭り」と呼ばれて定着していったそうです。「桃の節句」と呼ばれるようになったのは、旧暦の3月3日の頃に桃の花が咲くことや、桃は魔除けの効果を持つとされてきたからと言われています。



★昼定食 740円

★夕定食 790円

ご飯・汁物付き

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頂きます様、よろしくお願い致します。

1品メニュー(小鉢付)

・ナポリタン(火木土日)	740円	・かきたまうどん	740円
・親子丼(月水金)	740円		
・森のコーヒー	300円		