

2020年われもこう弁当 12月のこんだて表

TEL 24-2053
TEL 0120-63-0065
FAX 24-2053

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
	1 ごはん 牛すき煮 ひじきの炒り煮 ポテトサラダ 771Kcal	2 ごはん ハムカツ 高野の卵とじ 葱めた 758Kcal	3 ごはん 魚だんご煮 マカロニのナポリタン風炒め 海苔酢あえ 756Kcal	4 ごはん おでん風煮 鯖の西京焼き 梅肉あえ 743Kcal
7 ごはん 豚と葱の甘酢炒め 高野の含め煮 おくらのごまマヨあえ 817Kcal	8 ごはん カキフライ 竹輪の炒り煮 磯辺あえ 766Kcal	9 ごはん 五目たまご焼き 味噌炒め バンバンジー風 607Kcal	10 ごはん 鮭のタルタル焼き 肉じゃが ゆかりあえ 780Kcal	11 ごはん お好み焼き風チキン 切り干し大根煮 フロッキーの胡麻あえ 775Kcal
14 ごはん コロッケ 土佐煮 春雨の酢の物 680Kcal	15 ごはん ハンバーグ 小松菜の煮浸し かにかまサラダ 783Kcal	16 ごはん ほっけの煮つけ きんぴら 青じそあえ 654Kcal	17 ごはん 海老千り 炊き合わせ えのきあえ 683Kcal	18 ごはん 魚のホイル焼き 味噌田楽 中華風酢の物 606Kcal
21 ごはん 赤魚の粒マスタード焼き 南瓜のあんかけ おかかあえ 725Kcal	22 ごはん 煮豚 カレービーフン わかめの酢の物 797Kcal	23 ごはん 秋刀魚の蒲焼き 金時豆の甘煮 コールスローサラダ 821Kcal	24 ごはん フライドチキン ひじきの炒り煮 ツナサラダ 860Kcal	25 ちらし寿司 太刀魚の塩焼き 揚げ茄子 スパサラダ 713Kcal
28 ごはん てんぷら ピリ辛茼蒿 からし酢あえ 806Kcal	年末年始の営業についてのお知らせ 下記の期間は休業とさせていただきます。 12月29日(火)～1月4日(月) 新年は 1月5日(火) より通常営業いたします。			