

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

2026年5月 われもこう弁当献立表

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
				1 旬ごはん 白身魚フライ 味噌田楽 ごま酢あえ 580Kcal
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 ごはん とんかつ ひじきの炒り煮 春雨の酢の物 720Kcal	8 ごはん あじのとろろ焼き きりほし十ポリタン ほうれんそうのお浸し 604Kcal
11 ごはん 海老千リソース ひじきの炒り煮 ピーナッツあえ 670Kcal	12 ごはん 筑前煮 たまごサラダ わかめの酢の物 593Kcal	13 ごはん 牛肉のオイスターソース炒め かんもの含め煮 スパゲッティサラダ 798Kcal	14 ごはん たらこのコンクリーム焼き きんぴられんこん ゆかりあえ 673Kcal	15 ごはん 甘酢肉だんご たまごとし コールスロー 798Kcal
18 ごはん コロッケ ちくわの炒り煮 甘酢れんこん 714Kcal	19 ごはん さほの煮つけ ビーフンソテー きゃべつの甘酢あえ 641Kcal	20 ごはん 豚の生姜焼き 煮浸し シルバーサラダ 757Kcal	21 ごはん 赤魚のカレーマヨ焼き 土佐煮 のり酢あえ 605Kcal	22 ごはん からあげ 糸こんの炒り煮 ぼん酢あえ 710Kcal
25 ごはん ハンバーグ おから ツナマヨサラダ 822Kcal	26 ごはん ミックスフライ チンゲン菜の中華煮 ポテトサラダ 763Kcal	27 ごはん ミートソースオムレツ きんぴらごぼう 青じそドレッシングあえ 671Kcal	28 ごはん お好み焼きチキン きりほし大根煮 梅肉あえ 775Kcal	29 ごはん たらこの和風あんかけ 五目だいず フロッコリーサラダ 639Kcal

※お手数ですが 当日の注文やキャンセルにつきましては9:30迄にお電話にてお願いいたします