

週間献立表



Sale Items	1月11日 Monday	1月12日 Tuesday	1月13日 Wednesday	1月14日 Thursday	1月15日 Friday	1月16日 Saturday	1月17日 Sunday
日替わりヘルシーセット (小鉢A2品+ご飯+汁物)		鶏ささみフリッター 香味ソース🔥	鯖の梅煮竹の子と ひきの土佐煮添え	豚肉と豆腐の オイスター煮込み	鶏肉とキャベツの だし煮		
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)		ポークチャップ	ビーフストロガノフ	イベントメニュー ハンバーグのゆず 胡椒クリーム煮	鯖の煮つけ		
日替わり麺(単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木		京都風かきたま うどん・そば	坦々麺🔥	すき焼き うどん・そば	台湾ラーメン🔥🔥	辛さの目安チヨイ辛!辛い! ..×□△😡 激辛!	
定番麺(単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木		醤油・味噌・塩	きつね・たぬき・かき揚げ	醤油・味噌・塩	きつね・たぬき・かき揚げ		
日替わり丼 (汁物付)		トルコライス	ナシゴレン🔥	牛丼	ハヤシライス		
カレーライス (単品)	ポークカレー						
カレー トッピング	豚カツ100円						
小鉢 A		カレーコロッケ	茄子のカレー炒め	じゃが芋ツナ味噌 バター炒め	白菜とあさり オイスター炒め		
小鉢 A		こんにゃく ピリ炒め	小松菜煮びたし	ハムとキャベツ マヨネーズ和え	里芋とじゃが芋の おろし和え		
小鉢 A		オクラとカニカマの ワサビポン酢和え	ひじきと大根のなます	椎茸とわかめの生姜煮	こんにゃくと桜えび のソース炒め		
小鉢 B		ペンネサラダ	ブロッコリーサラダ	カリフラワー ベーコンサラダ	豆腐サラダ		

※仕入れの状況によりメニューが一部変更することもあります。予めご了承下さい。

※栄養価表示：エネルギー/塩分

※当食堂のお米は国産米を使用しております。ヘルシーセットは、主菜を300Kcal以下で設定しています。

1月のイベントメニューは<あったかフェア!>寒い冬にあったかいものを食べて体の中からポカポカになりましょう。ご飯をしっかり食べて体温を上げることは、ウイルス対策、健康にもつながります。今週は<ハンバーグのゆず胡椒クリーム煮>です。白だしを加えたちょっと和風なクリームソースにハンバーグを合わせました。ゆず胡椒がふんわり香るあったまる一品です。

