



# 2024年12月ランチメニュー

風を感じ、陽の光ふりそそぐ

サービス

テラス

	月曜日 12月2日	火曜日 12月3日	水曜日 12月4日	木曜日 12月5日	金曜日 12月6日	土曜日 12月7日		
第一週と六週	<b>鶏肉のたれがらめ丼</b> 小松野のコーン炒め <b>オクラのドレッシング和え</b> みそ汁  236 Kcal	<b>白糸タラの竜田焼き</b> 花天と れんこんの煮物 <b>じゃが芋の粒マスタード和え</b> みそ汁  288 Kcal	<b>ピリ辛厚揚げ豆腐煮丼</b> 竹輪と ほうれん草の炒め物 <b>マカロニサラダ</b> みそ汁  374 Kcal	<b>キーマカレー</b> さつまいもの甘煮 <b>きゅうりのドレッシング和え</b> フルーツ  350 Kcal	<b>パエリア</b> スパニッシュオムレツ <b>キャベツマリネ</b> スープ  274 Kcal	<b>鶏肉の生姜炒め</b> かぼちゃのレーズン煮 <b>ブロッコリーと枝豆の和え物</b> みそ汁  275 Kcal		
第二週	<b>鶏肉のレモン焼き</b> さつまいもと れんこんのみりん焼 <b>トマトと枝豆のサラダ</b> みそ汁  325 Kcal	<b>カニトマトクリームスパゲッティ</b> チキンピカタ <b>スープ</b> フルーツ  532 Kcal	<b>てりやきハンバーグ</b> マカロニケチャップ <b>きゅうりとコーンのサラダ</b> みそ汁  265 Kcal	<b>豚肉とキャベツの旨煮丼</b> ほうれん草とわかめの和え物 <b>つけもの</b> みそ汁 フルーツ  241 Kcal	<b>ホキのバター焼き</b> 五穀ご飯 <b>豆腐と野菜の出汁煮</b> <b>オクラのサラダ</b>  214 Kcal	<b>かに玉風甘酢あんかけ</b> 焼き春巻き <b>ブロッコリーのゆかり和え</b> <b>中華スープ</b>  264 Kcal		
第三週	<b>冬のあったか蒸し寿司</b> 豆腐の玉子あん <b>大根とわかめの和風マヨ和え</b> すまし汁  269 Kcal	<b>いかハンバーグ</b> 切干大根煮 <b>パスタサラダ</b> みそ汁  228 Kcal	<b>そばろチャーハン</b> 小松菜とハムのマヨ和え <b>ワンタンスープ</b> フルーツ  255 Kcal	<b>赤魚の和風焼き</b> 高野豆腐煮 <b>きゅうりの梅和え</b> みそ汁  222 Kcal	<b>みそ野菜ラーメン</b> 蒸しシューマイ <b>インゲンと大根の和え物</b> フルーツ  569 Kcal	<b>冬のあったか肉団子煮</b> ちびっ子お好み焼き <b>なすのおかか和え</b> みそ汁  279 Kcal		
第四週	<b>豚肉とブロッコリーの玉子炒め丼</b> 車ふの煮物 <b>トマトと海藻のサラダ</b> みそ汁  246 Kcal	<b>クリスマス！煮込みハンバーグ</b> バターライス <b>小松菜とパプリカのサラダ</b> <b>オニオンスープ</b> フルーツ  443 Kcal	<b>マカロニグラタン</b> バターライス <b>三食サラダ</b> <b>スープ</b> フルーツ  385 Kcal	<b>えびとかぶの豆乳煮丼</b> プレーンオムレツ <b>ブロッコリーのさっぱり和え</b> フルーツ  224 Kcal	<b>助宗タラの和風ムニエル</b> ひじき煮 <b>ポテトサラダ</b> みそ汁  293 Kcal	<b>三色丼</b> つけもの <b>キャベツのサラダ</b> みそ汁 フルーツ  306 Kcal		
第五週	<b>おでん</b> れんこんと人参の炊き込みご飯 <b>年越しそば</b> フルーツ  444 Kcal							今年も1年、本当にありがとうございました 年内は12/30(月)までの営業となります 12/31(火)~1/5(日)までお休みです 新年は1/6(月)からの営業となりますので よろしくお願ひ申し上げます！

★★お願ひ お薬が変わった、追加になった場合、お薬一覧表をご持参下さい★★

※写真はイメージです ※ごはんは、普通盛り 100g 168Kcalあります