


2021年

12月メニュー表

土曜日は夕食のみ

月	火	水	木	金
<p>今年も残すところわずかとなりました。 皆様には大変お世話になりました。 来年も宜しくお願い申し上げます。</p>		<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> ゆで鶏のごま味噌がらめ 五目豆 白菜とベーコンの洋風煮浸し ほうれん草のピーナツ和え もやしと卵の炒め物 	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> 白身魚のきのこあんかけ 煮物 ナムル 春雨サラダ 卵焼き 	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> にしんの竜田揚げ 竹輪と長葱の炒め物 高野豆腐とひじきの煮物 きゅうりと蒸し鶏の柚子胡椒和え かぼちゃのソテー
<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> 鯖の三五八漬け 小松菜のじゃこ炒め きんぴらごぼう ポテトとコーンの卵炒め 大根のごま酢和え 	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> 白身魚のチャンチャン焼き かき揚げ マカロニサラダ 煮物 キャベツの海苔和え 	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏のマスタード焼き 春雨とキャベツの炒め物 切干大根の煮物 カボチャの甘煮 シャキシャキピーマン 	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> メンチカツ ピリ辛こんにゃく お浸し 酢の物 もやしの胡麻和え 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> ピーマンの肉詰め焼き ひじきと大豆の煮物 白菜のクリーム煮 じゃが芋とベーコンの炒め物 コールスロー
<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> 豚の生姜焼き 人参のピーナツ和え 大根と竹輪の味噌煮 いんげんのベーコン炒め 酢の物 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏の玉葱ソース ジャーマンオムレツ 煮物 小松菜の海苔和え しぐれサラダ 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> 赤魚の粕味噌漬焼き ほうれん草と人参のごま和え さつまいもの天ぷら 蒸し鶏とキャベツの柚子胡椒和え 昆布豆 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> とり天 酢の物 人参とピーマンのきんぴら ひじきの煮物 お浸し 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> 焼鯖の和風漬け ナムル かぼちゃのいとこ煮 白菜のエノキ和え セロリのきんぴら
<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> アジフライ いんげんのピリ辛味噌炒め 白菜とあげの煮浸し ひじきの五目煮 ほうれん草のごま和え 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> 椎茸の肉詰め焼き 炒り卵 野菜の甘酢漬 ごぼうとコンニャクのピリ辛煮 お浸し 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> タンドリーチキン ふきのきんぴら 春雨の炒め物 人参サラダ しめじの炒め物 	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> 塩鯖 豆サラダ がんもの煮浸し かき揚げ キャベツの梅肉和え 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> 白身魚の味噌漬け焼き キャベツのオイスターソース炒め さつまいもとさざ波昆布の煮物 卵焼き 人参と小松菜の白和え
<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏の照り煮 スパゲティサラダ もやしの胡麻酢和え 味噌おでん お浸し 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> アジのカレームニエル きのこ入り炒り卵 かぼちゃの天ぷら 人参とインゲンのピーナツ和え 五目酢炒め 	<p>年内は12/28(火)迄の営業、翌年は1/4(火)からの営業とさせていただきます。 なお1/4(火)のご注文・キャンセルは12/28(火)お昼12時までにお申込み下さい。</p>		

土(夕食のみ)
<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> ほっけの粕味噌漬焼き おでん はんぺんと水菜のサラダ いんげんのごまだれ さつまいもの甘煮
<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> 鯖の味噌煮 スパゲッティケチャップ炒め 卵とほうれん草のサラダ おかか和え 挽肉ともやしのカレー炒め
<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> 煮込みハンバーグ もやしのおかか和え 生揚げと野菜の煮物 竹輪と胡瓜のわさびマヨ えのきのシソ酢和え
<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏のくわ焼き 煮豆 大根と薩摩揚げの煮物 ほうれん草のサラダ きのこのソテー


屋食・夕食 (税込価格)

- **レラ弁当** 710円
エネルギー600kcal前後
塩分2.5g前後
- **おかずセット** 630円
エネルギー300kcal前後
塩分2.5g前後
- **腎臓食弁当** 770円
エネルギー650kcal前後
塩分2.0g前後
* 詳細はお問い合わせください

ご注文・キャンセル

- * 日曜日、祝日を除く前日の12:00までとなります。
- * 締め切り時間を過ぎたキャンセルは代金を頂きます。



配達料
無料!
1個から
お届けします♡

ワーカーズ レラ
☎ 684-4999