

2022年

4月 メニュー表

今月より価格改定しています

月	火	水	木	金	
<p>※気温が高くなってきました。当日中にお召し上がりください。</p> <p>※都合によりメニューが変更になることがあります。</p>		<p>4/13(水) メンチの日の 詳細は裏面へ</p>		<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏の唐揚げ 小松菜のじゃこ炒め ふろふき大根 卵焼き じゃがいもとベーコンの炒め物 	
<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> アジの南蛮漬け 卵焼き ほうれん草の胡麻和え 高野豆腐と玉葱の煮物 きゅうりのなめ茸和え 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> ゆで豚のねぎ味噌和え 小松菜と揚げの煮浸し じゃが芋のカレーさんぴら 豆サラダ お浸し 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> 白身魚の香味ソース ひじきの煮物 春雨とキャベツの炒め物 はんぺんと水菜のサラダ 煮豆 	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> ポークチャップ ニラとエノキの卵とじ 白菜とベーコンの洋風煮浸し 酢の物 お浸し 	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏のマーマレード焼き 煮物 ナムル ジャーマンポテト キャベツとしめじのおかか和え 	
<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> ホッケ三五八漬焼き ゆで野菜のオーロラソース 大根のごま酢和え さんぴらごぼう ピーマンのピーナツ炒め 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉のガーリックパン粉焼き かき揚げ 五目豆 もやしと卵の炒め物 野菜炒め 	<p>13 メンチの日</p> <ul style="list-style-type: none"> メンチカツ キャベツの煮物 フキとコンニャクの油炒め しめじのおかか和え ほうれん草ののり和え 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉の照りマヨ焼き 野菜の甘酢漬け お浸し もやしとニラのごま和え ポテトとコーンの卵炒め 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> 鯖のカレームニエル 卵焼き 切干大根の中華風 人参と揚げのごまみそ炒め 高野豆腐とひじきの煮物 	
<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏のくわ焼き かき揚げ 小松菜としめじの辛し和え カボチャの甘煮 切干大根の煮物 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> 鯖の醤油漬け 味噌おでん いんげんの胡麻だれ キノコ入り炒り卵 ソーセージとキャベツのサラダ 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> 白身魚の甘酢あんかけ 人参サラダ 厚揚げとキャベツの辛味噌炒め ほうれん草とエノキの和え物 ひじきと人参のツナマヨ和え 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> 赤魚の粕味噌漬焼き あぶ玉 酢味噌和え 春雨ともやしの炒め物 さつま芋サラダ 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> とり天 炒り卵 生揚げと野菜の煮物 えのきのしそ酢和え シャキシャキピーマン 	
<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> アジフライ カボチャのソテー 人参としめじの白和え 友禅煮 なます 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> 塩鯖 かき揚げ ふきとがんもの煮物 お休みサラダ 小松菜としめじのエノキ和え 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏の味噌マヨネーズ焼き じゃが芋のセロリの炒め物 大根と薩摩揚げの煮物 ほうれん草と人参のごま和え もやしと卵の炒め物 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> ハンバーグ 春雨サラダ いんげんのベーコン炒め ごぼうとさざ波昆布の炒め煮 キノコのおろし酢和え 	<p>29</p> <p>お休み</p>	
					<p>土 (夕食のみ)</p> <p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> 赤魚の煮付け おでん スパゲティサラダ お浸し 舞茸と葱の味噌炒め

昼食・夕食 (税込価格)

- **レラ弁当** **740円**
エネルギー600kcal前後
塩分2.5g前後
- **おかずセット** **660円**
エネルギー300kcal前後
塩分2.5g前後
- **腎臓食弁当** **800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

- 30**
- 白身魚のマヨネーズ焼き
 - ほうれん草入り炒り卵
 - さつま芋の甘煮
 - 煮物
 - 竹輪と長葱の炒め物