

2023年

2月メニュー表

月	火	水	木	金	土 (夕食のみ)	
	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <p>土曜日は 夕食のみ</p> </div>					
		1	2	3	4	
6	7	8	9	10	11	
<ul style="list-style-type: none"> 鶏の唐揚げ 煮物 キャベツと人参のピーナッツ和え かぼちゃサラダ いんげんの梅かつお和え 	<ul style="list-style-type: none"> にしんの竜田揚げ 野菜の甘酢漬 白菜のクリーム煮 スパゲッティケチャップ炒め ナムル 	<ul style="list-style-type: none"> ほっけの三五八漬け焼き 大根とツナの炒め煮 卵焼き かき揚げ お浸し 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏のくわ焼き 野菜の香和え かぼちゃのソテー あぶ玉 キャベツの梅肉和え 	<ul style="list-style-type: none"> アジフライ ポテトとコーンの卵炒め 生揚げと野菜の煮物 いんげんの胡麻だれ もやしとシメジのおかか和え 	<p>お休み</p>	
13	14 メンチの日	15	16	17	18	
<ul style="list-style-type: none"> ホッケの香味ソース ふろふき大根 野菜炒め さつま芋の天ぷら キノコの胡麻酢和え 	<ul style="list-style-type: none"> メンチカツ なます 小松菜としめじの磯和え じゃこピーマン 若布とえのきの生姜醤油和え 	<ul style="list-style-type: none"> 塩鮭 ごぼうとさざ波昆布の煮物 かき揚げ もやしのおかか和え ほうれんそうの胡麻和え 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏のマスタード焼き 人参のピーナッツ和え 卵焼き 白菜と揚げの煮浸し ひじきサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 赤魚の味噌漬け焼き 春雨ともやしのカレー炒め 小松菜の白和え 煮物 ピーマンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 煮込みハンバーグ スパゲティサラダ ほうれん草とコーンの和え物 ふきと揚げの煮物 柚子胡椒和え 	
20	21	22	23	24	25	
<ul style="list-style-type: none"> 白身魚フライ 煮物 春雨とキャベツの炒め物 ほうれん草のエノキ和え じゃが芋とセロリの炒め物 	<ul style="list-style-type: none"> 塩鯖 きんぴらごぼう 白和え いんげんのベーコン炒め キノコ入り炒り卵 	<ul style="list-style-type: none"> アジの南蛮漬け はんぺんとほうれん草のサラダ ナムル かぼちゃの甘煮 フキとコンニャクの油炒め 	<p>お休み</p>	<ul style="list-style-type: none"> 豚の味噌焼き じゃが芋とコーンのソテー さくさくなます 小松菜と人参の柚子胡椒 おかか和え 	<ul style="list-style-type: none"> ミートローフ 五目酢炒め もやしと卵の炒め物 ほうれん草と人参のごま和え キャベツと薩摩揚げの煮物 	
27	28	<p>2月14日(火)はメンチの日です 申し込みは2月7日(火)までに</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆Wメンチカツ弁当(メンチ2個,他) 880円 ◆Wメンチおかずセット(メンチ2個,他) 800円 ◆メンチカツ2個パック 360円 ◆メンチカツ5個パック 900円 			<p>道路事情により時間内にお届けできないことがあります。予めご了承ください。</p>	

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

* 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