

レラ 2024年 11月 メニュー表

弁当容器はなるべく洗浄してお返し下さいm(_)_m
 軽くゆすいでいただくだけでも大変助かります。
 難しい場合は無理なさらないで下さい(*^^*)

ご注文・キャンセルについて

*前日のお昼12時までにお申し込み下さい (日曜祝日は定休日)
 *締め切り時間を過ぎたキャンセルは代金を頂きます

昼食・夕食 (価格は全て税込)

- レラ弁当 **840円**
エネルギー600kcal前後
塩分2.5g前後
- おかずセット **760円**
エネルギー300kcal前後
塩分2.5g前後
- 腎臓食弁当 **900円**
エネルギー650kcal前後
塩分2.0g前後

11/12(火)はメンチの日!

※ご注文は11/9(土)まで

- メンチカツ2個パック **400円**
- メンチカツ5個パック **1,000円**



配達料無料!
 1個からお届けします♥

宅配・手作り弁当のレラ
684-4999

月	火	水	木	金	土 (夕食のみ)
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>🌸 お弁当は必ず当日中にお召し上がり下さい</p> <p>🌸 道路事情により配達時間が前後する場合があります。予めご了承ください</p> </div>					1
					アジフライ 煮物 ほうれん草のサラダ もやしの卵とじ 春雨のごま酢和え
					2
					塩さば ちくわの磯辺揚げ キャベツと人参のごま和え さつま芋とさざ波昆布の煮物 大根サラダ
4 振替休日(文化の日)	5	6	7	8	9
	白身魚の香味ソース きんぴらごぼう 人参と揚げのごま味噌炒め かぼちゃサラダ きのこのマリネ	ほっけフライ 煮物 卵焼き 大根と水菜のサラダ ほうれん草とソーセージの和え物	アジの南蛮漬け もやしと卵の炒め物 キャベツの煮物 煮豆 小松菜のごま和え	ゆで豚の梅風味和え かき揚げ にんじんとキャベツのごま酢和え いんげんのベーコン炒め ふきのきんぴら	鶏の玉葱ソース じゃが芋の炒め煮 マカロニサラダ なます 高野豆腐とヒジキの煮物
11	12 メンチの日	13	14	15	16
ほっけの香味ソース 厚揚げとキャベツの辛味噌炒め さつま芋サラダ おでん 人参といんげんのピーナツ和え	メンチカツ 五目酢炒め もやしとシメジのおかか和え 白菜のクリーム煮 ほうれん草とエノキの和えもの	鶏の唐揚げ 卵焼き スパゲティサラダ ひじきの煮物 シヤキシヤキピーマン	さばの辛味噌煮 かき揚げ はんぺんと水菜のサラダ 大根とツナの炒め煮 白菜とベーコンの洋風煮浸し	豚の味噌焼き 生揚げと野菜の煮物 ゆで野菜のごまマヨネーズ 小松菜のじゃこ炒め しめじの炒め物	豚の三五八漬け焼き ほうれん草入り炒り卵 大豆と昆布の煮物 ツナとコーンのサラダ さくさくなます
18	19	20	21	22	23 勤労感謝の日
鶏肉の照りマヨ焼き スパゲティケチャップ炒め ごぼうとさざ波昆布の煮物 卵焼き いんげんと人参の味噌和え	白身魚フライ はんぺんとほうれん草のサラダ 高野豆腐の含め煮 なすと葱の味噌炒め お浸し	鶏唐揚げのチリソース 春雨とキャベツの炒め物 さつま芋の甘煮 ほうれん草と人参のごま和え 大根の梅和え	豚のピリ辛焼き ジャーマンポテト ニラとエノキの卵とじ 豆サラダ おかか和え	むし鶏の香味ソースかけ ふきと揚げの煮物 かぼちゃの天ぷら ビーフンサラダ もやしのごま酢和え	
25	26	27	28	29	30
赤魚の粕味噌漬焼き さつま芋の天ぷら しぐれサラダ 煮物 ほうれん草とコーンの和え物	煮込みハンバーグ かぼちゃのソテー キャベツのサラダ 友禅煮 いんげんのピリ辛味噌炒め	鶏のマスタード焼き ごぼうとコンニャクのピリ辛煮 ポテトサラダ 人参としめじの白和え 小松菜と人参のゆず胡椒和え	ゆで豚のねぎ味噌和え さつま芋のオレンジ煮 卵焼き 煮物 酢の物	アジの甘酢あんかけ かき揚げ 春雨ともやしの炒め物 ひじきサラダ いんげんのごまだれ	豚の生姜焼き 揚げなすの煮浸し 野菜の香り和え 切干大根の煮物 竹輪と長葱の炒め物