

レラ 2024年 12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(*^^*)

月	火	水	木	金	土(夕食のみ)
2	3	4	5	6 <small>メンチの日</small>	7
ほっけの三五八漬焼き かぼちゃの天ぷら マカロニサラダ 煮物 キャベツののり和え	鶏肉のカレー焼き 卵焼き 煮豆 さつま芋とさざ波昆布の煮物 ナムル	豚の味噌焼き 春雨とキャベツの炒め物 煮物 ごぼうサラダ シャキシャキピーマン	チキン南蛮 小松菜とあげの煮浸し ピリ辛こんにゃく じゃが芋とコーンのソテー 酢の物	メンチカツ ふきのきんぴら お浸し 大根サラダ しめじの炒め物	焼鯖の和風漬け ジャーマンポテト 卵とほうれん草のサラダ ひじきと大豆の煮物 もやしのごま和え
9	10	11	12	13	14
豚の生姜焼き 人参のピーナツ和え 大根と揚げの煮物 舞茸と葱の味噌炒め 酢の物	鶏の唐揚げ 卵焼き きんぴらごぼう しぐれサラダ いんげんのベーコン炒め	赤魚の煮付け 小松菜のごま味噌和え かぼちゃの甘煮 野菜のカレー煮 大豆と昆布の煮物	とり天 卵焼き さつま芋のオレンジ煮 白菜とあげの煮浸し ほうれん草とコーンの和え物	アジの南蛮漬け ナムル かき揚げ 竹輪と胡瓜のわさびマヨ和え セロリのきんぴら	煮込みハンバーグ ピーマンのピーナツ炒め 生揚げと野菜の煮物 はんぺんとキャベツのサラダ かぼちゃのソテー
16	17	18	19	20	21
アジフライ きのこ入り炒り卵 切干大根の煮物 ポテトサラダ いんげんのピリ辛味噌炒め	タンドリーチキン 豆サラダ がんもの煮浸し かき揚げ じゃこピーマン	豚のピリ辛焼き 高野豆腐とヒジキの煮物 春雨ともやしの炒め物 かぼちゃサラダ えのきのしそ酢和え	鶏の玉葱ソース 小松菜の白和え 竹輪の磯辺揚げ ごぼうとコンニャクのピリ辛煮 ナムル	豚の味噌だれ焼き さつま芋の甘煮 卵焼き キャベツと人参のピーナツ和え もやしとシメジの梅和え	鶏のマスタード焼き フライドかぼちゃ 煮物 ビーフンサラダ きのこのソテー
23	24	25	26	27	28
ゆで豚の梅風味和え スパゲティサラダ きのこのマリネ 大根とツナの炒め煮 お浸し	鯖の味噌煮 かき揚げ 春雨ともやしの炒め物 五目酢炒め いんげんの梅かつお和え	ほっけフライ 切干大根の煮物 キャベツのサラダ なすのピーナツ味噌炒め もやしのごま酢和え	ポークチャップ ひじきサラダ 小松菜のごま和え じゃが芋の炒め煮 お浸し	鶏肉のガーリックパン粉焼き 高野豆腐の含め煮 さつま芋の天ぷら ほうれん草入り炒り卵 竹輪と長葱の炒め物	豚の三五八漬け焼き おでん はんぺんと水菜のサラダ スパゲティケチャップ炒め ゆず胡椒和え

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

12/6(金)はメンチの日!

- ※ご注文は12/4(水)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**



年末年始休業日のお知らせ

12/30(月)~1/3(金)

1/4(土)より通常営業させていただきます

※ 冬季間は道路事情により配達時間が前後する
 場合が多くなります。ご迷惑をおかけしますが
 ご了承下さいm(_)_m

宅配・手作り弁当の**レラ**
☎ 684-4999