

レラ 2024年 3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さないで下さい(*^^*)

月	火	水	木	金	土 (夕食のみ)
<p>レラは移転しました! 《新住所》 手稲区前田9条13丁目4-35</p> <p>※移転に伴い配達ルートが若干変わったため、弁当到着時間が前後する地域があります。ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いいたします。</p>					<p>1</p> <p>アジフライ ポテトサラダ ほうれん草のえのき和え 卵焼き 煮物</p>
<p>4</p> <p>ゆで豚の梅風味和え 野菜のしょうゆ漬け キャベツと人参のごま和え 煮物 じゃが芋とコーンのソテー</p>	<p>5</p> <p>鶏のくわ焼き フライドかぼちゃ 味噌おでん にんじんの白和え ナムル</p>	<p>6</p> <p>サバの三五八漬け ツナとキャベツのサラダ 大根と揚げの煮物 卵焼き いんげんの梅かつお和え</p>	<p>7</p> <p>メンチカツ ふきのきんぴら ほうれん草とエノキの和えもの 野菜の甘酢漬 白菜のゆず胡椒和え</p>	<p>8</p> <p>白身魚の香味ソース 人参といんげんのピーナツ和え 五目豆 もやしと卵の炒め物 切干大根のナムル</p>	<p>2</p> <p>豚の三五八漬け焼き ふるふき大根 はんぺんと水菜のサラダ もやしの卵とじ いんげんのごまだれ</p>
<p>11</p> <p>ほっけの粕味噌漬焼き 豆サラダ かき揚げ ごぼうとさざ波昆布の煮物 竹輪と長葱の炒め物</p>	<p>12</p> <p>チキンカツ お浸し 炒り卵 さくさくなます キャベツのエノキ和え</p>	<p>13</p> <p>赤魚の煮付け ソーセージとキャベツのサラダ 煮物 さつま芋の天ぷら 小松菜のじゃこ炒め</p>	<p>14</p> <p>鶏の唐揚げ じゃが芋とセロリの炒め物 五目酢炒め 春雨サラダ ほうれん草とコーンの和え物</p>	<p>15</p> <p>ハンバーグ きのこのソテー ひじきと大豆の煮物 もやしとニラのごま和え なます</p>	<p>9</p> <p>赤魚の味噌漬け焼き きんぴらごぼう 野菜のカレー煮 大根のごま酢和え チャンプルー</p>
<p>18</p> <p>サバの味噌煮 大根と人参のきんぴら 卵焼き ピーマンのピーナツ炒め スパゲティサラダ</p>	<p>19</p> <p>ゆで豚のねぎ味噌和え 高野豆腐の含め煮 さつま芋とさざ波昆布の煮物 いんげんのごまマヨ和え もやしとシメジの梅和え</p>	<p>20 春分の日</p> 	<p>21</p> <p>豚の生姜焼き かぼちゃのソテー 白菜のクリーム煮 コールスロー ほうれん草ののり和え</p>	<p>22</p> <p>白身魚のマヨネーズ焼き あぶ玉 小松菜と人参のゆず胡椒和え 竹輪の磯辺揚げ ナムル</p>	<p>16</p> <p>アジの南蛮漬け 野菜の炒め煮 ほうれん草入り炒り卵 しぐれサラダ 梅肉和え</p>
<p>25</p> <p>鶏のマスタード焼き いんげんのベーコン炒め 大根サラダ ひじきの煮物 しめじの炒め物</p>	<p>26</p> <p>赤魚の粕味噌漬焼き かき揚げ じゃが芋の炒め煮 にんじんとキャベツのごま酢和え さざ波昆布の土佐煮</p>	<p>27</p> <p>むし鶏のごま味噌がらめ ビーフンサラダ 五目きんぴら かぼちゃの甘煮 お浸し</p>	<p>28</p> <p>豚のピリ辛焼き 切干大根の煮物 スパゲティケチャップ炒め 酢の物 小松菜の白和え</p>	<p>29</p> <p>ほっけフライ 卵焼き ふきと揚げの煮物 春雨ともやしのカレー炒め ピーマンのごま酢和え</p>	<p>30</p> <p>豚肉のおろし煮 さつま芋の甘煮 ツナとひじきのサラダ ゆず胡椒和え 人参といんげんのピーナツ和え</p>

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

配達料無料!

1個からお届けします♥



ホームページ



宅配・手作り弁当のレラ

☎ **684-4999**