

レラ 2024年 4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	土(夕食のみ)
1	2	3	4	5
白身魚の香味ソース 卵焼き ちくわの磯辺揚げ キャベツのエノキ和え 大根と揚げの煮物	ゆで豚のねぎ味噌和え 小松菜とあげの煮浸し じゃが芋のカレーきんぴら 人参サラダ お浸し	鶏肉のガーリックパン粉焼き ひじきサラダ 春雨とキャベツの炒め物 煮豆 ほうれん草のごま和え	ほっけのチャンチャン焼き ニラとエノキの卵とじ 白菜とベーコンの洋風煮浸し 中華風甘酢漬 かぼちゃサラダ	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
8	9	10 メンチの日	11	12
ほっけの三五八漬焼き ゆで野菜のオーロラソース 卵焼き きんぴらごぼう がんもの煮浸し	豚肉のおろし煮 かぼちゃの天ぷら 五目豆 春雨ともやしの炒め物 きゅうりのなめたけ和え	メンチカツ キャベツの煮物 ふき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	鶏肉の照りマヨ焼き 野菜の甘酢漬 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	さばのカレームニエル ほうれん草入り炒り卵 春雨サラダ 人参と揚げのごま味噌炒め 高野豆腐とヒジキの煮物
15	16	17	18	19
鶏のくわ焼き 五目酢炒め 人参とピーマンのきんぴら かぼちゃの甘煮 卵とほうれん草のサラダ	さばのしょうゆ漬け 味噌おでん じゃが芋とセロリの炒め物 ソーセージとキャベツのサラダ いんげんのごまだれ	白身魚フライ 豆サラダ 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もの ひじきと人参のツナマヨ和え	赤魚の粕味噌漬焼き あぶ玉 さつま芋サラダ 春雨ともやしのカレー炒め 小松菜のごま和え	とり天 卵焼き 生揚げと野菜の煮物 えのきのしそ酢和え じゃこピーマン
22	23	24	25	26
アジフライ お浸し 人参としめじの白和え 友禅煮 なます	白身魚の味噌漬け焼き かき揚げ ふきとがんもの煮物 スパゲティサラダ 小松菜としめじのエノキ和え	蒸し鶏の香味ソースかけ じゃが芋のごま味噌和え 大根と薩摩揚げの煮物 キャベツのサラダ もやしの卵とじ	煮込みハンバーグ お浸し いんげんのベーコン炒め ごぼうとさざ波昆布の煮物 シャキシャキピーマン	赤魚の煮付け スパゲティケチャップ炒め 切干大根の煮物 かぼちゃのソテー ナムル
29 昭和の日	30	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 0 auto; width: 80%;"> <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。 予めご了承下さい</p> </div>		
	アジの甘酢あんかけ 煮物 お休みサラダ ナムル 舞茸と葱の味噌炒め			
6				
さばの味噌煮 高野豆腐の含め煮 ポテトサラダ いんげんの梅かつお和え キャベツと人参のごま和え				

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

4/10(水)はメンチの日!

※ご注文は4/8(月)まで

- **メンチカツ2個パック 360円**
- **メンチカツ5個パック 900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