

ドリームランチ (夕食)

カロリー表示にはご飯250Kcalが含まれます

* 様 こんだて



9月30日～10月13日

月	火	水	木	金	土	日
9月30日 558kcal 塩分3.0g カレイのおろし煮	10月1日 610kcal 塩分2.9g 鶏肉の薬味ソースかけ	10月2日 525kcal 塩分2.9g 鱈の塩焼き	10月3日 583kcal 塩分2.9g チキンソテー	10月4日 597kcal 塩分2.8g めかじきの煮付け	10月5日 596kcal 塩分2.9g チンジャオロース	10月6日
鍋しぎ	さつま芋の甘辛煮	五目金平	おでん	大根と人参の煮物	巾着卵	休み
オイマヨ和え	小松菜の胡麻和え	切干大根と胡瓜の胡麻酢和え	ひじきのサラダ	さつま芋のサラダ	春菊ともやしのお浸し	
長芋の磯部和え	キュウリとわかめの二杯酢	土佐和え	酢の物	ブロッコリーの酢味噌和え	きのこバター炒め	
キノコの味噌汁 <small>原材料の一部に卵を含む</small>	長芋と油揚げの味噌汁	キャベツの味噌汁	豆腐のすまし汁 <small>原材料の一部に卵を含む</small>	なめこの味噌汁 <small>原材料の一部に卵、小麦を含む</small>	チンゲン菜スープ <small>原材料の一部に卵、乳を含む</small>	
10月7日 616kcal 塩分2.9g 厚揚げの肉詰め煮	10月8日 601kcal 塩分2.8g 鱈の塩こうじ焼き	10月9日 597kcal 塩分3.0g 肉巻き	10月10日 580kcal 塩分2.9g 鯖の竜田揚げ	10月11日 548kcal 塩分2.9g タンドリーチキン	10月12日 569kcal 塩分2.8g ホッケ焼き	10月13日
さつま芋の含め煮	ジャガイモのそばろ煮	大根の炒め煮	青菜の甘辛和え	青菜と焼き豆腐の煮浸し	肉じゃが	休み
わさび酢和え	人参サラダ	胡麻和え	ひじき煮	キャベツとツナの和え物	もやしの中華風サラダ	
塩昆布和え	三杯酢	カニ風味サラダ	キャベツののり和え	大根のゆかり漬	長芋の和え物	
卵の味噌汁 <small>原材料の一部に卵、小麦を含む</small>	キャベツの味噌汁	かぼちゃの味噌汁 <small>原材料の一部に小麦を含む</small>	麩の味噌汁 <small>原材料の一部に小麦を含む</small>	もやしの味噌汁 <small>原材料の一部に乳を含む</small>	青菜の味噌汁	



ワークハウスドリーム 電話 260-6888

都合により、献立を変更することがございます。ご了承下さい。