

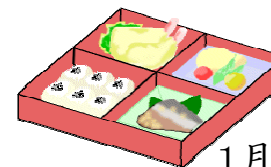


# ドリームランチ (昼食)

カロリー表示にはご飯250Kcalが含まれます

\* 様

# こんだて



1月20日～2月2日

月	火	水	木	金	土	日
<b>1月20日</b> 576kcal 塩分2.9g 鱈のマスタードソース 治部煮 辛子味噌和え 長芋の磯部和え もやしの味噌汁 <small>原材料の一部に卵、小麦を含む</small>	<b>1月21日</b> 535kcal 塩分2.9g 鶏肉のさっぱり煮 茸とブロッコリーのバター炒め 南瓜サラダ レモン漬け 麩とわかめの味噌汁 <small>原材料の一部に卵、乳、小麦を含む</small>	<b>1月22日</b> 532kcal 塩分3.0g かじきの照り焼き 野菜とこんにゃくの煮物 コールスローサラダ 香味和え なめこの味噌汁	<b>1月23日</b> 601kcal 塩分3.0g 豚肉とキャベツのソテー れんこんの炒め煮 青菜としめじのだし醤油和え 春雨サラダ 白菜の味噌汁	<b>1月24日</b> 609kcal 塩分3.0g カレイのおろし煮 さつま芋の甘辛煮 オイマヨ和え かぶのゆず和え えのきの味噌汁 <small>原材料の一部に卵を含む</small>	<b>1月25日</b> 542kcal 塩分2.9g 小判つくね かぶの薄くず煮 ブロッコリーサラダ 浅漬け 豆腐のすまし汁 <small>原材料の一部に卵を含む</small>	<b>1月26日</b> 休み
<b>1月27日</b> 563kcal 塩分2.9g 豚肉の生姜焼き 切干大根煮 ブロッコリーとコーンのマヨネーズ和え 白菜とかぶのゆず酢和え なめこの味噌汁 <small>原材料の一部に卵を含む</small>	<b>1月28日</b> 604kcal 塩分2.9g 鱈の塩焼き かぼちゃのそぼろ煮 ナムル きのこのバター炒め わかめのすまし汁 <small>原材料の一部に乳を含む</small>	<b>1月29日</b> 555kcal 塩分3.0g 豚肉とねぎの炒め物 田楽 なめ茸和え 風味漬け キャベツの味噌汁	<b>1月30日</b> 594kcal 塩分2.9g 鮭のムニエル ジャガイモの白煮 お浸し 春雨の酢の物 長芋と白菜の味噌汁 <small>原材料の一部に乳、小麦を含む</small>	<b>1月31日</b> 589kcal 塩分2.7g 鶏肉の醤油こうじ焼き やきそば もやしとニラの辛子和え 甘酢和え チンゲン菜スープ <small>原材料の一部に小麦を含む</small>	<b>2月1日</b> 588kcal 塩分2.7g ホッケ焼き 金平ごぼう 青菜のソテー ポテトサラダ もやしの味噌汁 <small>原材料の一部に卵、乳を含む</small>	<b>2月2日</b> 休み



ワークハウスドリーム 電話 260-6888

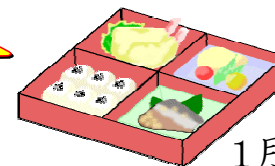
都合により、変更することがございます。ご了承下さい。

# 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



1月20日～2月2日

月	火	水	木	金	土	日
1月20日 557kcal 塩分2.9g 厚揚げの肉詰め	1月21日 540kcal 塩分3.0g 鱈のマリネ	1月22日 541kcal 塩分2.9g 鶏の味噌焼き	1月23日 536kcal 塩分2.9g 鱈の幽庵焼き	1月24日 594kcal 塩分3.0g エビフライ	1月25日 580kcal 塩分2.9g 鯖の塩焼き	1月26日
ふろふき大根の味噌田楽	炒り豆腐	麩の柳川風	大根のそぼろあん	切り昆布煮	スクランブルエッグ	休み
青菜としめじの和え物	おかか和え	青菜のソテー	なめ草和え	マカロニサラダ	辛子醤油和え	
フルーツ	浅漬け	ツナサラダ	ブロッコリーと酢味噌和え	白菜の風味漬け	ピクルス	
キャベツの味噌汁 <small>原材料の一部に小麦を含む</small>	白菜の味噌汁 <small>原材料の一部に卵、小麦を含む</small>	春雨の清まし汁 <small>原材料の一部に卵、小麦を含む</small>	もやしの味噌汁	かぼちゃの味噌汁 <small>原材料の一部に小麦、卵を含む</small>	根菜の味噌汁 <small>原材料の一部に卵、乳を含む</small>	
1月27日 555kcal 塩分3.0g 鮭の塩こうじ焼き	1月28日 561kcal 塩分3.0g 鶏肉と白菜のクリーム煮	1月29日 569kcal 塩分3.0g 白身魚フライ	1月30日 547kcal 塩分3.0g 豚の生姜焼き	1月31日 566kcal 塩分3.0g 鯖の味噌煮	2月1日 572kcal 塩分3.0g 麻婆豆腐	2月2日
豆腐あんかけ	白滝の炒り煮	大根のフレーク煮	ブロッコリーとカニカマのドレッシング和え	切り干し大根煮	南瓜のチーズ焼き	休み
野菜の胡麻和え	もやしの粒マスタード和え	人参サラダ	炊き合わせ	青菜の黄味そぼろ	もやしの生姜酢和え	
酢の物	大根サラダ	きつね和え	塩もみ	キャベツのゆかり漬け	フルーツ	
のっぺい汁	みずなのすまし汁 <small>原材料の一部に乳、小麦を含む</small>	白菜の味噌汁 <small>原材料の一部に小麦、卵を含む</small>	ハンペンと青菜の味噌汁	沢煮椀 <small>原材料の一部に卵を含む</small>	中華スープ <small>原材料の一部に乳を含む</small>	



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。