

味のお便り お昼ごはん（健康食）

2月

おいしい料理は
愛情と工夫から



2日 日 豚肉の南蛮甘酢炒め	3日 月 さばの七味焼き	4日 火 チキンカツ	5日 水 酢豚	6日 木 さわらの幽庵焼き	7日 金 白身魚の磯辺揚げ	8日 土 豚肉の洋風煮込み
9日 日 白身魚の胡麻焼き	10日 月 豚肉と厚揚げの味噌炒め	11日 火 さわらの香味焼き	12日 水 白身魚ときのこのバター焼き	13日 木 豚肉の塩炒め	14日 金 鶏のタルタル焼き	15日 土 天ぷら
16日 日 豚肉の生姜焼き	17日 月 さばの照り焼き	18日 火 豚肉のマスタードソテー	19日 水 鶏肉の山椒焼き	20日 木 サーモンフライ	21日 金 白身魚の塩レモン焼き	22日 土 とりの天ぷら
23日 日 あじの蒲焼き	24日 月 豚肉の甘辛炒め	25日 火 ぶりの照り焼き	26日 水 白身魚のトマトソース	27日 木 肉団子の甘辛煮	28日 金 鶏肉の照り焼き	

まん福べんとう
今月のメニュー

13日 チキンチリマヨソース

17日 さば南蛮漬け

26日 ジューシーチキンカツ

28日 チキンマッシュポテト焼き

配食サービス **大衆食堂**
ヘルスケアフード
TEL 0120-480-486
(フリーダイヤル)



味のお便り 夕ごはん (健康食)



おいしい料理は
愛情と工夫から



2日 日 あじのつけ焼き	3日 月 麻婆豆腐	4日 火 白身魚のクリームソース	5日 水 あじの一味焼き	6日 木 豚肉のスタミナ焼き	7日 金 鶏肉の塩レモンだれ	8日 土 ぶりのごま味噌焼き
9日 日 ハニーチキン	10日 月 白身魚フライ	11日 火 とんかつ	12日 水 照りマヨチキン	13日 木 さばのみそ煮	14日 金 白身魚のカレーソース	15日 土 鶏肉の磯辺焼き
16日 日 白身魚の西京焼き	17日 月 チキンステーキ	18日 火 赤魚の煮つけ	19日 水 さわらの生姜焼き	20日 木 豚肉のトマトクリーム煮	21日 金 豚肉のすき煮	22日 土 白身魚の梅焼き
23日 日 鶏肉の幽庵焼き	24日 月 さばの香草焼き	25日 火 鶏肉のみぞれかけ	26日 水 豚肉のカレー炒め	27日 木 白身魚の菜種焼き	28日 金 白身魚天ぷら	



まんぶく **福** べんとう

今月の
メニュー

5日 中華丼

10日 ハッシュドポーク

15日 焼うどん

18日 ぶんわりハンバーグ

20日 じっくり煮込んだカレー

23日 塩しモン唐揚げ

24日 おでん

食材仕入れの都合によりメニュー変更する場合があります。食品衛生上、当日の19時までにお召し上がりください。電子レンジで温めてお召し上がり下さい。

配食サービス **大衆食堂**
ヘルスケアフード
TEL 0120-480-486
(フリーダイヤル)