

# こだわり御膳



の献立



フレッシュランチ39富山店

TEL:076-452-6111

FAX:076-452-6222

月曜日 2日	火曜日 3日	水曜日 4日 430kcal 3.0g	木曜日 5日 430kcal 3.0g	金曜日 6日 430kcal 3.1g	
		<p>☆ 鯖の胡麻照り焼き /炊き合わせ いか天の柚子南蛮 ポテト粒マスタードサラダ</p>	<p>☆ カレイのムニエル ～かぶのりんご酢マリネ～ ひじきの五目煮 コーンクリームシチュー</p>	<p>☆ 豚肉のねぎ塩炒め  オムレツかにあんかけ 春雨しそ風味サラダ</p>	
<p>9日</p>	<p>10日 440kcal 3.0g</p> <p>☆ 気仙沼産まぐろカツ ～国産大根おろしポン酢添え～ じゃが芋のカレーそぼろ炒め 青菜のピーナツ和え</p>	<p>11日 430kcal 3.1g</p> <p>☆ 赤魚の西京焼き  彩り春雨サラダ 豚ごぼうのしぐれ煮</p>	<p>12日 440kcal 3.0g</p> <p>開活メニュー</p> <p>☆ 3種のチーズinハンバーグ ～きのこ入りビーフシチュー煮込み風～ りんご入りサラダ 根菜クリーミーフライ</p>	<p>13日 440kcal 3.1g</p> <p>☆ 白身魚の青じそ南蛮  春雨のチャプチェ オクラと大根のお浸し</p>	
<p>16日 450kcal 3.0g</p> <p>☆ あじフライ ～小袋わさびソース添え～ なすのそぼろ煮 根菜ツナサラダ</p>	<p>17日 430kcal 3.1g</p> <p>開活メニュー</p> <p>☆ 味噌肉豆腐  花野菜とツナの胡麻サラダ 菊菜の白和え</p>	<p>18日 440kcal 3.0g</p> <p>☆ かれいの昆布風味焼き /鶏天のきのこあん 春雨のゆかりマヨサラダ 野菜とベーコンの卵炒め</p>	<p>19日 430kcal 3.1g</p> <p>☆ 美味しい野菜豆腐ハンバーグ ～中華風甘酢あん～ チンゲン菜とかにかまの和え物 和風スパゲティー</p>	<p>20日 440kcal 3.0g</p> <p>NEW! ☆アンコールメニュー☆</p> <p>☆ 鶏肉の梅味噌焼き  おでん風煮込み 野菜天ぷら盛り合わせ</p>	
<p>23日 430kcal 3.0g</p> <p>☆ たらのバター醤油焼き /炊き合わせ 五目ひじき煮 肉だんご照り焼き</p>	<p>24日 440kcal 3.1g</p> <p>開活メニュー</p> <p>☆ 根菜の和風カレー&amp;ヒレカツ  大根の青じそおかか和え オムレツの豆乳明太マヨ</p>	<p>25日 450kcal 3.0g</p> <p>☆ カニ足風フライ ～トマト粒マスタードソース～ 肉じゃが 菜の花の胡麻和え</p>	<p>26日 470kcal 3.0g</p> <p>1月のおすすめメニュー</p> <p>☆ 天ぷらの盛り合わせ  いなりぎょうざのおろしあん 白菜と大根の塩昆布和え</p>	<p>27日 430kcal 3.0g</p> <p>☆ タンドリーチキン  バジルチーズペンネ 紅あずま芋サラダ</p>	
<p>30日 420kcal 3.0g</p> <p>開活メニュー</p> <p>☆ さばのねぎ味噌がけ  華風和え ポテトチーズサラダ</p>	<p>31日 430kcal 3.0g</p> <p>☆ 焼き鳥風ごま照り焼き  わかめの甘酢和え 千草焼き</p>	<p>◆アンコールメニュー！始めます！！◆</p> <p>いつも温かい言葉、ご意見をくださりありがとうございます。 これまでいただいたお声の中から、今後は『アンコールメニュー』として、 『開活メニュー』『今月のおすすめメニュー』と共に楽しんでいただける日を 増やしていきたいと思っております！！ 今年も一年、どうぞよろしくお願い申し上げます。</p>			

\*献立内容については、変更になる場合があります。