



12月献立表

月替わり
メニュー
(月～金)

1食
おかず
のみ
500円 (税込)

ごはん付セット570円(税込)大盛+30円

月

火

水

木

金

1日

デミソースハンバーグ

ペペロンチーノ
ネギ塩もやし

2日

海鮮焼売

焼豚入り辛みそ野菜炒め
根菜マリネ

3日

メンチカツ

大根金平
コーンサラダ

4日

トンジャオロース

炊き合せ
ほうれん草白和え

5日

海老カツ

蓮根つくね酢豚風
ナスの生姜煮

8日

鱈のみそマヨ焼

水餃子チリソース
笹牛蒡とピーマン炒め

9日

豚すき焼き

スタミナジンジャー炒め
五目卵の花

10日

回鍋肉

根菜煮
シェルマカロニサラダ

11日

鰯の照焼

牛肉コロッケ
ナポリタン

12日

ヒレカツ&カレー

ツナもやしチャンプル
南瓜照焼

15日

とり天

鶏と蒟蒻和風煮
青梗菜ソテー

16日

クリームコロッケ

中華風肉団子
ビーフンソテー

海老ビスク風

17日

和風鶏の竜田揚げ

ひじき煮
魔婆春雨

18日

肉餃子

スモークチキンもやしソテー
切り昆布煮

19日

特大エビフライ

マカロニサラダ
切干し大根煮

22日

鰯の塩麴焼

筑前煮
玉子サラダ

23日

ステーキソースハンバーグ

コーンともやしソテー
笹牛蒡山椒煮

24日

フライドチキン

ホワイトシチュー
シルバーサラダ

25日

アジフライ

ハムステーキ
豚と野菜カレーソテー

26日

とんかつかき玉あん

ポテトサラダ
五目金平

29日

中華風肉丼

ひじき煮
厚焼玉子

30日

おまかせメニュー

(ご予約のみ限定)
※冷凍弁当おかずのみ前日配達

31日

年末休暇

※土日祝祭日はお休みになります

※おかずは400Kcal前後になります

いわき市配食サービス

もご利用出来ます