



1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)

月

火

水

木

金

※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

1日

元 旦

2日

年始休暇

5日

チーズインメンチカツ
筍垣牛蒡と隠元和風炒め
大根味噌煮

6日

ハンバーグ
ステーキソース
ナポリタン
キムチもやし

7日

鯵の照り焼
肉みそ野菜ピリ辛炒め
ポークワインナー

8日

鶏唐油淋ソース
海鮮焼壳中華あん
竹の子金平

9日

豚すき焼き
玉子と木耳オイスター炒め
ほうれん草白和え

12日

成人の日

13日

天ぷら盛
(かき揚、鯵天、南瓜天)
炊き合わせ

14日

鯵の西京焼
ハムステーキ
明太風ビーフン炒め

15日

豆腐バーグ
白身フライ
和風炒り煮

16日

鶏唐オーロラソース
魔婆春雨
ひじき含め煮

19日

味噌カツ
切り昆布煮
お豆サラダ

20日

かに玉中華あん
巾着と野菜煮
青梗菜ソテー

21日

厚揚げそぼろあん
ツナチャンプル
力二焼壳

22日

鯵の塩麹焼
切り干し大根煮
もやし洋風ソテー

23日

海老フライ卵とじ
ちくわの七味焼き
塩焼きそば

26日

ハンバーグ
オニオンソース
ナスの生姜煮
五目金平

27日

鯵の西京焼
マカロニサラダ
ニラもやしピリ辛炒め

28日

目玉焼風オムレツ
水餃子南蛮あんかけ
大根金平

29日

鶏の照り焼
ペペロンチーノ
紅白なます

30日

ヒレカツ&カレー
好み焼
ビビンバ春雨



いわき市好間町下好間字鬼越95-1

TEL 0246-85-5736

消費期限は
午後7時まで
お召し上がりください

お届け後は必ず
冷蔵庫に入れて
保管してください

仕入れの都合により
メニューが変更になる
場合があります