



メニュー

2020年

日	月	火	水	木	金	土
1 やすみ	2 チャーハン 麻婆豆腐 杏仁豆腐 734Kcal 脂質30.6g 塩分2.6g	3 文化の日 	4 豚みそ丼 ひじきの煮物 ブチトマトサラダ 958Kcal 脂質45.4g 塩分3.1g	5 お豆腐ごはん チンジャオロース キヌアサラダ・オレンジ 598Kcal 脂質15.5g 塩分2.6g	6 営業休み (健康診断のため)	7 やすみ
8 やすみ	9 えびピラフ スペインオムレツ フルーツサラダ・ピクルス 662Kcal 脂質32.9g 塩分2.8g	10 鶏あんかけ 里芋ごはん 豚しゃぶサラダ 竹輪きんぴら・パイン羹 638Kcal 脂質17.2g 塩分2.6g	11 ナシ・ゴレン ひよこ豆のカレー 酢漬野菜 597Kcal 脂質13.9g 塩分2.9g	12 ビーフシチュー バターライス パイナップルとキウイ 566Kcal 脂質16.3g 塩分3.1g	13 高菜ごはん 鶏の松風焼き 五目豆・りんご羹 704kcal 脂質15.9g 塩分3.6g	14 やすみ
15 やすみ	16 季節限定 むかごごはん 豚しゃぶ大根煮 きんぴらごぼう・ゆず寒天 645Kcal 脂質16.5g 塩分2.9g	17 洋風ちらし寿司 花野菜みそだれ 627Kcal 脂質16.1g 塩分3g	18 ビビンバ 味たまご 774Kcal 脂質32.7g 塩分3.8g	19 ひじきごはん 煮込みハンバーグ ごぼうサラダ 742Kcal 脂質29.2g 塩分3.6g	20 タンドリーチキン ココナッツ入りターメリックライス 玉ねぎダレサラダ 714Kcal 脂質21.7g 塩分3.5g	21 やすみ
22 やすみ	23 労働感謝の日 	24 しょうが焼き かぼちゃのサラダ 蓮根きんぴら 756Kcal 脂質22g 塩分2.4g	25 チキンソテー アボカドソース クリームきのこ・かちり炒め 766Kcal 脂質29.4g 塩分2.7g	26 鶏まぜごはん 青葉ピーナッツ和え 三つ葉卵焼き・トマト 622kcal 脂質20.1g 塩分3.8g	27 のり弁 鮭のマヨネーズ焼き チーズ入りサラダ・レモンゼリー 698Kcal 脂質22.4g 塩分2.4g	28 やすみ
29 やすみ	30 スタミナ丼 チョレギサラダ きゅうりの塩昆布和え 708kcal 脂質26.6g 塩分3.1g					

1個 500円 (税込)
大盛 600円



オススメ!

- ☆スタミナ丼
- ☆チョレギサラダ
- ☆きゅうりの塩昆布和え



“QRコード”が出来ました!!
読み取ると本日のメニューに飛べます!!
本日のメニューの詳細情報を知りたい方こちら!!

- ☆横浜市金沢区内に無料で配達いたします。
- ☆当日のご注文は、8:30~9:30 にお願ひします。
- ☆お届けは11:30~12:15頃です。
- ☆諸事情により、時間指定の配達はなるべくご遠慮ください。

<http://gonogo-happy-lunch.com/>

<https://www.facebook.com/gonogo.good.lunch2000>

TEL・FAX 790-6361

