

# 1月

# メニュー

# 2021

## 謹賀新年



金	土
2	2
やすみ	やすみ

日	月	火	水	木	金	土
3	4	5	6	7	8	9
やすみ	やすみ	<b>ナシ・ゴレン</b> ひよこ豆のカレー 酢漬野菜 597Kcal 脂質13.9g 塩分2.9g	<b>お赤飯</b> 鴨のじぶ煮 味噌ドレサラダ・ごま豆腐 683Kcal 脂質10.7g 塩分4.0g	<b>鶏あんかけ 里芋ごはん</b> 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	<b>洋風ちらし寿司</b> 花野菜みそだれ 627Kcal 脂質16.1g 塩分3g	やすみ
10	11	12	13	14	15	16
やすみ	成人の日 	<b>チャーハン</b> 麻婆豆腐 杏仁豆腐 734Kcal 脂質30.6g 塩分2.6g	<b>えびピラフ</b> 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	<b>のり弁</b> 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	営業休み	やすみ
17	18	19	20	21	22	23
やすみ	<b>豚みそ丼</b> ひじきの煮物 ブチトマトサラダ 958Kcal 脂質45.4g 塩分3.1g	<b>お豆腐ごはん</b> 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	<b>ひじきごはん</b> 煮込みハンバーグ ごぼうサラダ 742Kcal 脂質29.2g 塩分3.6g	<b>高菜ごはん</b> 鶏の松風焼き 五目豆・りんご羹 704kcal 脂質15.9g 塩分3.6g	<b>チキンソテー</b> 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	やすみ
24	25	26	27	28	29	30
やすみ	<b>タンドリーチキン</b> 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	<b>ポークソテー</b> きびめし・筑前煮 フルーツゼリー 657Kcal 脂質11.9g 塩分2.8g	<b>ビーフシチュー</b> バターライス バイナップルとキウイ 566Kcal 脂質16.3g 塩分3.1g	再登場 <b>鮭まぜすし</b> 豆乳クリームポーク わかめ入り煮大根 469Kcal 脂質16.7g 塩分1.6g	<b>ビビンバ</b> 味たまご 774Kcal 脂質32.7g 塩分3.8g	やすみ

31

やすみ

**オススメ!**

- ☆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

1個 **500円** (税込)

**大盛 600円**



☆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>

“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!!

TEL・FAX **790-6361**