

2021

5月

メニュー

	月	火	水	木	金	土
	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 牛丼 コーンサラダ 柴漬け 820kcal 脂質37g 塩分4.4g	7 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	1・8 やすみ
日						
2・9 やすみ	10 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	11 季節限定 春のおこわ 豚肉団子 かにかまサラダ・果物 689kcal 脂質19.1g 塩分3.5g	12 チャーハン 麻婆豆腐 杏仁豆腐 734Kcal 脂質30.6g 塩分2.6g	13 祝22年目! お赤飯 豚しゃぶ大根煮 ごま豆腐 691kcal 脂質20.8g 塩分2.7g	14 ふんわり ミートローフ 菜めし 切干大根・ミルク羹 610kcal 脂質24.6g 塩分3.7g	15 やすみ
16 やすみ	17 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	18 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	19 洋風ちらし寿司 花野菜みそだれ 627Kcal 脂質16.1g 塩分3g	20 ビビンバ 味たまご 774Kcal 脂質32.7g 塩分3.8g	21 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	22 やすみ
23 やすみ	24 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	25 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	26 期間限定 10月まで!! タコライス フーチャンブル ジーマミ豆腐 784kcal 脂質27.1g 塩分2.3g	27 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	28 ポークソテー 筑前煮・きびめし フルーツゼリー 657Kcal 脂質11.9g 塩分2.9g	29 やすみ
30 やすみ	31 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					

1個 500円 (税込)

大盛 600円

こんげつのおススメ!!



春のおこわ
豚肉だんご
かにかまサラダ

*3月に作れなかったため再挑戦です!!



“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。
※メニューや配達場所により、上記の時間を前後する場合がございます。
- ☆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/>

TEL・FAX 790-6361