

2021



9月



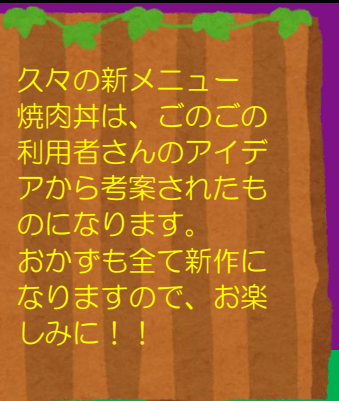
メニュー



タコライス
フーチャンプル
ジーマミ豆腐

水	木	金	土
1 帆立ごはん ゴーヤチャンプル ひじきサラダ・ゆず大根 575kcal 脂質10.4g 塩分4.2g	2 チキンソテー アボカドソース きのこ生パジル炒め・かちり炒め 721kcal 脂質27.4g 塩分2.7g	3 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	4 やすみ
5 やすみ	6 期間限定 10月まで!! タコライス フーチャンプル ジーマミ豆腐 784kcal 脂質27.1g 塩分2.3g	7 しょうが焼き かぼちゃサラダ 蓮根きんぴら 756kcal 脂質22g 塩分2.4g	8 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3.1
9 新登場! 焼肉丼 ちくわフレンチ キャロットゼリー 計算中	10 えびチリ ごまソース野菜 中華たこきゅう・妻ごはん 566kcal 脂質32.9g 塩分2.8g	11 やすみ	
12 やすみ	13 洋風ちらし寿司 花野菜みそだれ 627Kcal 脂質16.1g 塩分3g	14 ハーブチキン 肉みそ煮・もち妻ごはん 桃ゼリー 796kcal 脂質28.7g 塩分2.9g	15 季節限定 さんま蒲焼丼 つみれ入り煮物 いりたまご・小松菜のお浸し 750Kcal 脂質29.4g 塩分3.0g
16 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	17 のり丼 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	18 やすみ	
19 やすみ	20 敬老の日 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	21 ふんわり ミートローフ 菜めし 切干大根・大学芋 計算中	22 秋分の日 カレーピラフ ドライカレー サラミ入りポテトサラダ 847kcal 脂質33.6g 塩分3.4g
23 やすみ	24 やすみ	25 やすみ	
26 やすみ	27 チャーハン 麻婆豆腐 杏仁豆腐 734Kcal 脂質30.6g 塩分2.6g	28 牛丼 コーンサラダ 柴漬け 820kcal 脂質37g 塩分4.4g	29 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
30 やすみ	30 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	<p>久々の新メニュー 焼肉丼は、このごの 利用者さんのアイデ アから考案されたも のになります。 おかずも全て新作に なりますので、お楽 しみに!!</p>	

1個 500円 (税込)
大盛 600円



“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
にお願いします。
☆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