




2月



とんでんどん弁当

月	火	水	木	金
2 カレーピラフ エビフライタルタルソース マカロニサラダ ブロッコリーお浸し	3 鶏のなべてり ポテトのチーズマヨネーズ焼 オクラのからしあえ	4 あずきごはん 白身魚の天ぷら ほうれん草白あえ ゆで大豆のおろしあえ	5 信田巻煮 さつま芋の天ぷら 大根なます	6 かわり寿司 サバの竜田あげ ポテトサラダ 白菜の昆布あえ
9 鶏のから揚げ かぼちゃ煮付 白菜ごま味噌和え	10 そばろごはん 魚の南蛮漬け 里芋田楽 ニラの卵とじ	11 	12 ひじきごはん キスフライ ポテトのベーコンソテー ワカメの酢物	13 しらすごはん 豆腐ハンバーグ れんこんきんぴら 金時豆の甘煮
16 サバの味噌煮 竹輪のいそべ揚げ キャベツの梅肉あえ	17 十二穀米 とんかつ たけのこピリ辛煮 きゅうりの酢物	18 三色丼 鮭の塩焼 おから炒り煮 ニラのベーコンソテー	19 ハンバーグデミグラスソース 青菜の煮付 スパゲティーサラダ	20 鮭ごはん カニ卵風オムレツ 里芋田楽 大根ゆかりあえ
23 山菜ごはん れんこんはさみあげ ほうれん草ベーコンソテー 大根なます	24 のり弁当 塩サバ 肉じゃが いんげんごまあえ	25 ゆかりごはん スコッチエッグ ひじきの五目煮 もやしのナムル	26 カリカリ梅ごはん 白身魚の照焼 里芋のそばろあんかけ キャベツの梅肉あえ	27 チキン南蛮 高野豆腐の卵とじ ブロッコリーサラダ

ご注文連絡先：社会福祉法人 花咲会 とんでんどん

TEL 40-6111

