

ほっとカフェ手づくり弁当 2013 ねん 1 月のメニュー

～障がい者就労支援～

スペースほっと&ほっとカフェ手づくり弁当工房



j メイン (おかず①)

	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
	新年明けましておめでとうございます。				
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
アジフライ	鶏肉の 味噌焼き	しょうが焼き	八宝菜	つくねてりやき バーグ	焼肉
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
	鮭の塩焼き	唐揚げ	とんかつ	牛肉プルコギ	秋刀魚 塩レモン
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
ホイコーロ	ピビンパ	ハヤシライス	チンジャオ ロース	サバの塩焼き	鶏肉の 味噌焼き
28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)		
焼肉	カレーライス	煮込み ハンバーグ	白身魚の ホイル焼き		

s おかず② ナムル 揚げぎょうざ ジャンボシュウマイ 煮物 コロッケ ふあふあ卵 きんぴら

y おかず③ マカロニサラダ 春雨サラダ 若芽の酢の物 コールスローサラダ 季節の和え物

u おかず④ 漬物 糠漬け 金時豆の甘煮 佃煮 季節野菜の塩もみ 白菜キムチなど

メイン (おかず①) とおかず②、③、④の組み合わせでその日のメニューを決めます。

* 都合により、メニューが変更になることがあります、ご了承ください。

*** 小(低学年) ¥300 中(高学年) サイズ ¥350 普通サイズ ¥400**

予約注文 10 時まで 044(266)8093