



# ランチハウスあすなろ 12月



火曜日

水曜日

木曜日



クリスマス弁当を23日(火)と24日(水)の2日間、配達先を分けて販売いたします!!  
配達日はお配りしたメニュー表にて確認ください!  
普通盛り・小盛りのみのお届けになります☆ご注文お待ちしています☆



2日	メニュー	cal	蛋白	脂肪
ごはん	285	4.2	0.5	
かに玉風	186	12.8	11.7	
エリンギと豚肉炒め	97	7.2	5.2	
もやしの中華サラダ	35	1.5	2.2	
計	603	25.7	19.6	

9日	メニュー	cal	蛋白	脂肪
ごはん	285	4.2	0.5	
豚肉のヘルシーミルフィーユかつ	165	11.0	9.5	
じゃが芋のごま味噌掛け	86	2.6	3.2	
キャベツときゅうりのさっぱりサラダ	34	1.2	2.1	
計	570	19.0	15.3	

16日	メニュー	cal	蛋白	脂肪
ごはん	285	4.2	0.5	
豚肉の甘辛ごま風味焼き	199	16.6	8.8	
筑前煮	73	3.4	2.2	
ミックスナムル	32	1.0	1.9	
計	589	25.2	20.3	

23日
-----

3日	メニュー	cal	蛋白	脂肪
ごはん	285	4.2	0.5	
きのこコロッケ	214	6.3	13.3	
野菜のツナソース	79	2.9	6.2	
ワカメと油揚げ煮	55	1.9	3.8	
計	633	15.3	23.8	

10日	メニュー	cal	蛋白	脂肪
ごはん	285	4.2	0.5	
とり団子の照り焼き風	225	14.8	12.5	
厚揚げと野菜煮	103	6.4	5.7	
野菜のピリ辛和え	33	1.4	1.6	
計	646	26.8	20.3	

17日	メニュー	cal	蛋白	脂肪
ごはん	285	4.2	0.5	
豆腐入り和風ハンバーグ	213	15.9	11.7	
なめ茸の五目和え	59	2.9	3.0	
ポテトのカレー炒め	57	1.0	1.1	
計	614	24.0	16.3	

24日
-----



クリスマス弁当 650円  
メニューは当日のお楽しみ♪



4日	メニュー	cal	蛋白	脂肪
ごはん	285	4.2	0.5	
ユーリントン	208	11.6	13.0	
海鮮白滝チャプチエ	81	5.7	3.0	
揚げごぼうのピリ辛煮	63	0.9	3.0	
計	637	22.4	19.5	

11日	メニュー	cal	蛋白	脂肪
ごはん	285	4.2	0.5	
豚の辛味焼き	228	14.0	16.4	
五目豆	51	3.2	1.5	
からし酢味噌和え	36	2.9	0.5	
計	600	24.3	18.9	

18日	当日電話注文のみとなります。
鮭ごはん	332
回鍋肉	112
マカロニサラダ	107
里芋の野菜煮	64
普通盛り、小盛り、おかずのみ	615
	20.9
	15.4

25日
-----

冬季休業



今年も1年間、御注文いただきありがとうございました☆  
来年度もよろしくお願ひ致します(\*^▽^\*)

12月25日(木)から1月7日(水)までランチ営業は冬季休業となります!  
2026年もよろしくお願ひします☆よいお年をお迎えください♪

・お弁当は600円です。ご飯は大盛り、普通盛り、小盛りがあり金額は変わりません。

・おかずのみは500円です☆

・メニューの一部が変更することもあります。ご了承ください。お米は、山形の菖蒲さんの減農薬栽培米を使用しています。

・前日までの13:00~16:00で事前注文を受け付けています。※前日までに予定数が達し電話やFAXでのご注文をお断りをする場合があります、ご了承ください。

