

# 2022年 10 月 献立表

月	火	水	木	金
3 日 ★ふれんず弁当★ シューシーごはん ポーク玉子	4 日 ★ふれんず弁当★ とん平焼き	5 日 ☆れざみ弁当☆ 豚の南蛮漬け	6 日 ☆れざみ弁当☆ 欧風 ポークカレー	7 日 ★ふれんず弁当★ 肉野菜炒め
10 日  スポーツの日	11 日 ★ふれんず弁当★ 高菜チャーハン 揚げシューマイ	12 日 ☆れざみ弁当☆ 鶏の唐揚げ	13 日 ☆れざみ弁当☆ 豚の味噌炒め	14 日 ★ふれんず弁当★ マカロニミート グラタン
17 日 ★ふれんず弁当★ 豚キムチ炒め	18 日 ★ふれんず弁当★ 鶏のからあげ	19 日 ☆れざみ弁当☆ 鶏つくね	20 日 ☆れざみ弁当☆ ヒレカツ	21 日 ★ふれんず弁当★ なすの中華丼 はさみ揚げ
24 日 ★ふれんず弁当★ ルーロー飯	25 日 ★ふれんず弁当★ 豚と野菜の プルコギ丼	26 日 ☆れざみ弁当☆ 豚の串揚げ	27 日 ☆れざみ弁当☆ 鶏の照り焼 混ぜご飯	28 日 ★ふれんず弁当★ チキンとハーブ のオープン焼き
31 日 ★ふれんず弁当★ 白身魚の竜田揚げ 高菜あん				

## ■昼食サービスについて

- 料金 300円
- 提供日 月・火・水・木・金 12:00～13:30
- 予約制

当日10:30までにお電話でご予約いただくか、ご来館の際にもご予約いただけます。

TEL (0467-61-3205)

※留守番電話での予約は受け付けておりません。  
※キャンセルは当日の10:30までをお願いします。

