

H31. 2月のヘルシーメニュー

日替わり弁当のご注文は当日の朝9時30分までをお願いします。

月	火	水	木	金	土
		<p>いつも味鶴をご利用いただき、誠にありがとうございます まだ寒い日が続くこの季節、キャベツや白菜などの葉野菜を取り入れながら免疫力を高め、風邪やウイルスから身を守りましょう！！ 体調管理には十分に気を付けてください。</p>		<p>1 ささみチーズフライ アジ梅しそフライ 肉豆腐 節分豆 ごぼうサラダ</p>	<p>2 おまかせ</p>
<p>4 おろしハンバーグ ボン酢ドレッシング イカフライ 高菜スパゲティ</p>	<p>5 五目炊き込みご飯 海老の天ぷら 竹輪と大根の酢の物 餅入りがんも</p>	<p>6 ひとロカツ×2 からし付きソース クリームシチュー ぜんまい田舎煮</p>	<p>7 おすすめ <u>チキンステーキ</u> <u>味鶴オリジナルソース</u> ホキフライ もやしナムル</p>	<p>8 カレー弁当 厚揚げ麻婆豆腐 塩焼きそば 海苔巻サラダフライ オクラ和え物</p>	<p>9 おまかせ</p>
<p>11 建国記念の日</p>	<p>12 すき焼き風コロッケ さばの味噌煮 れんこん金平 ほうれん草おひたし</p>	<p>13 四元豚メンチカツ ペンネシーザーサラダ ロールキャベツトマト煮 菜の花からし和え</p>	<p>14 白身魚のソテー 和風タルタルソース ハムと玉子炒め物 ブロッコリーサラダ</p>	<p>15 カレー弁当 若鶏からあげ 特製ネギソース 筑前煮 ポテトサラダ</p>	<p>16 おまかせ</p>
<p>18 オマール海老の クリームコロッケ ほうれん草オムレツ カレースパゲティ</p>	<p>19 豚肉と大根の照り煮 ハムマヨサラダフライ だし巻き玉子 高野豆腐の野菜煮</p>	<p>20 味噌おでん弁当 大根、こんにゃく 玉子、竹輪 串カツ</p>	<p>21 豚ロース磯辺揚げ 韓国風肉じゃが いんげん胡麻和え 小松菜のナムル</p>	<p>22 カレー弁当 八宝菜 うずら卵 さばの竜田揚げ ソース焼きそば わかめの和え物</p>	<p>23 おまかせ</p>
<p>25 野菜たっぷり豚しゃぶ わさびドレッシング 白身フライ 切り干し大根煮</p>	<p>26 照り焼きチキン キャベツマスタード和え 牛肉コロッケ 春雨韓国風炒め</p>	<p>27 ひじきご飯 鮭の塩焼き 蓮根はさみ天ぷら きんぴらごぼう</p>	<p>28 スタミナ焼肉弁当 ゆでたまご 菜の花コロッケ カリフラワーゆかり和</p>		

※仕入れ都合によりメニューを変更する事があります。弁当は、なるべく午後1時頃までにお召し上がり下さい。

今月も旬の食材を美味しく頂けるメニューを提供いたします。

おすすめは2月7日のチキンステーキです。

塩だけでソテーしたチキンに山椒を使ったオリジナルソースで

ご提供を考えています。お楽しみに～♪



味鶴公式インスタグラム **味鶴**で検索！！



TEL 412-0878