

## 4月美笑の日替りランチ（おかず）460円（税込）

ご予約は午前9時までに（数量限定）

月	火	水	木	金	土
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>鯖の塩焼き</b> 肉じゃが 切り干し大根の酢の物 352kcal	<b>鶏の酢豚風</b> 炊合せ インゲンのソテー 446kcal	<b>ポークソテー</b> キャベツの玉子とじ 大根サラダ 396kcal	<b>鮭の甘酢漬け</b> さつま芋と鶏の甘煮 キャベツとわかめのサラダ 427kcal	<b>イカ南蛮</b> 野菜のコンソメ煮 カリフラワーとリンゴサラダ 370kcal	<b>白身魚の野菜あんかけ</b> 大根と干しエビの煮物 さつま芋サラダ 371kcal
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
<b>ポークマリネ</b> じゃが芋の染煮 チンゲン菜のオイスター炒め 395kcal	<b>豚肉の焼き肉風炒め</b> 大根とがんも煮 ほたて風味フライ 422kcal	<b>揚げ魚の風味漬け</b> 野菜コロッケ レンコン金平 431Kcal	<b>豚肉のみそ炒め</b> じゃが芋といかの煮付け 大根サラダ 405kcal	<b>鯖の生姜煮</b> カリフラワーとひき肉カレー炒め 春雨の酢の物 370Kcal	<b>豆腐ハンバーグ</b> 揚げ出しなす きゅうりとしらすの酢の物 422kcal
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
<b>麻婆ナス</b> 春巻き 大根の梅肉和え 386kcal	<b>豚の竜田揚げさっぱりソース</b> 金平ゴボウ 大根なます 431kcal	<b>鶏の唐揚げ</b> カボチャと糸昆布煮 チンゲン菜とコーンの炒め物 456kcal	<b>野菜炒め</b> ふきとがんもんの煮付け ひじき煮 357kcal	<b>かき揚げ天ぷら</b> 切り干し大根煮 カリフラワーサラダ 383Kcal	<b>豚肉の香味だれ</b> 小松菜のあっさり煮 ひじき煮 427cal
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
<b>タラの梅味噌田楽</b> 筑前煮 ミニハンバーグ 354Kcal	<b>チンジャオロース</b> キャベツとベーコンのトマト煮 カボチャと刻み揚げ煮 415Kcal	<b>鯖の甘酢あん</b> 大根金平 たらもサラダ 382kcal	<b>トンカツの卵とじ</b> ひじきの和風サラダ 菜の花のさっと煮 456kcal	<b>イカのチリソース</b> 五目煮 ちくわの天ぷら 417kcal	<b>揚げ鯖の野菜あん</b> ニラとちくわの卵とじ きゅうりの酢の物 420Kcal
<b>29</b>	<b>30</b>	<div style="border: 1px dashed blue; padding: 10px; text-align: center;"> <p>食事を通して、自然の恵みと生き物の命を頂くことに 感謝をしておいしく食べましょう♪</p>  </div>			
	<b>チキン南蛮</b> カボチャと枝豆のコンソメ煮 春雨サラダ 416Kcal				

日替わりランチは仕入れの都合上内容変更もあります ※ご飯は（別途料金）選べます