

12月美笑の日替りランチ（おかず）480円（税込）

ご予約は午前9時までに（数量限定）

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
蒸し豚の酢醤油 エッグサラダ ごぼうの青のり金平 336Kcal	豆腐ハンバーグ ひじきと大豆煮 ほうれん草のおかか和え 435kcal	白身フライ 大根とがんもの煮付け イカとブロッコリーのサラダ 351kcal	麻婆ナス 野菜コロッケ 五目煮 419kcal	鯖の荒こしょう焼き かぼちゃとちくわ煮 ブロッコリーとスクランブルエッグ 342Kcal	揚げ鶏の五目あん むきえびのイタリアンサラダ さつま芋の唐揚げ 436kcal
8	9	10	11	12	13
八宝菜 ひじきのサラダ 糸コンの炒め煮 296kcal	ホキの天ぷら ごぼう天と野菜煮 ビーフンの炒め煮 322kcal	おでん風煮 野菜炒め さつま芋甘煮 314kcal	豚と青菜のソテー 大根としらすの炒り煮 里芋の味噌和え 305kcal	トンカツ 白菜と揚げの炒め煮 ポテトとりんごのサラダ 442kcal	イカとちくわのチリソース 五目煮 チンゲン菜ともやしのナムル 297Kcal
15	16	17	18	19	20
鮭の塩焼き 肉じゃが煮 切り干し大根の酢の物 368Kcal	ハンバーグの野菜あんかけ 白身フライ 筑前煮 394kcal	鰯の幽庵焼き コロッケ 人参と枝豆の白和え 342kcal	豚肉のごま味噌和え 煮合わせ マカロニサラダ 368kcal	肉団子のきのこ煮 じゃが芋のマリネ 小松菜のかわり和え 385kcal	酢豚 白菜とベーコンの炒り煮 中華サラダ 422Kcal
22	23	24	25	26	27
鮭の梅味噌焼き 揚げ出し豆腐 ミックスベジタブルの玉子とじ 356Kcal	鶏と大根のつや煮 五色野菜のさっと煮 小松菜とちくわのごま和え 373Kcal	アジフライ 鶏とじゃが芋蒸し煮 がんも煮 381Kcal	鯖の竜田揚げ ロールキャベツ かぼちゃと糸昆布煮 366Kcal	白菜と豚のクリーム煮 野菜コロッケ 大根のたらこ炒め 276Kcal	アジの蒲焼き 野菜炒め ごぼうサラダ 346Kcal
29	30	 <p>温かいものを食べて 寒い冬を乗り切りましょう♪</p> <p>12月31日から1月4日まで、お休みとさせていただきます。</p>			
鶏のカレー風味揚げ ハムのマリネ ほうれん草のソテー 420Kcal	鯖の照り焼き えのきの卵とじ キャベツのごま和え 347Kcal	 <p>December</p>			

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