

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
 <p>フレッパプラス フレッシュな料理+パパッと出来る!</p>  <p>株式会社フレアサービス</p> <p>からだ思い・かぞく思いの食事で、毎日を健康に。</p> 			<p>仕入れ・制限食の関係で おかずの内容が変更になる場合が ありますのでご了承ください。</p> <p>【連絡先】 食数に関して旭川工場：0120-20-8981 山鼻工場代表番号：011-511-8981 山鼻工場栄養士携帯：080-4347-6951 ※山鼻工場は水曜・日曜定休日です。 水曜日においては旭川工場へご連絡ください。 日曜日においては営業担当までご連絡ください。</p>		<p>フレアサービスの管理栄養士です。お 食事に対してお困り事等が御座いまし たらご連絡ください。</p> 	
 		<p>1日 白飯 とんかつ 切干大根煮 ミニいちご風味大福 漬物 味噌汁 755Kcal</p>	<p>2日 白飯 八宝菜 春巻 いんげんひじきサラダ ミニごま団子 野菜フィヨンスープ 785Kcal</p>	<p>3日 白飯 鯖の胡麻揚げ 豚肉と野菜塩麹炒め カリフラワーマヨサラダ ももクラッシュゼリー 味噌汁 804Kcal</p>	<p>4日 白飯★丼の日★ ロコモコ丼 大根水菜サラダ ココアワッフル コンソメスープ 805Kcal</p>	<p>5日 白飯 えびフライ シャーマンポテト 青梗菜の中華和え 漬物 味噌汁 806Kcal</p>
6日	<p>7日 ★麺の日★ 醤油ラーメン 揚げかにシューマイ パイン缶 778Kcal</p>	<p>8日 白飯 豚肉カルビ炒め 里芋の煮物 枝豆カリフラワーサラダ ミニたいやき 石狩汁 711Kcal</p>	<p>9日 白飯★カレーの日★ チキンカレー 【トッピング】 チキンナゲット オクラ和え・洋なし缶 コンソメスープ 761Kcal</p>	<p>10日 白飯 鶏肉の生姜焼き 南瓜のいとこ煮 マカロニサラダ 漬物 味噌汁 774Kcal</p>	<p>11日 白飯 マーボー豆腐 海鮮シューマイ キャベツツナサラダ 杏仁豆腐パイン 中華スープ 789Kcal</p>	<p>12日 白飯★丼の日★ 中華丼 揚げ餃子 ミニごま団子 野菜フィヨンスープ 756Kcal</p>
13日	<p>14日 白飯 黒酢チキン南蛮 南瓜の味噌そぼろ ほうれん草のお浸し ベルギーワッフル 味噌汁 798Kcal</p>	<p>15日 白飯★丼の日★ 焼き鶏丼 ブロッコリー竹輪サラダ 漬物 味噌汁 810Kcal</p>	<p>16日 白飯 白身フライ& イカリングフライ 大根と揚げの炒め煮 ポテトサラダ ミニたいやき すまし汁 771Kcal</p>	<p>17日 白飯 豚肉の山賊焼き ミートパネソテー カリフラワー水菜サラダ 黄桃缶 味噌汁 805Kcal</p>	<p>18日 白飯 あじフライ 大根のポトフ カニ風味サラダ ミニよもぎ大福 味噌汁 818Kcal</p>	<p>19日 白飯★カレーの日★ ポークカレー トッピング【豚ヒレカツ】 もやし和え物 パイン缶 コンソメスープ 790Kcal</p>
20日	<p>21日 白飯 ホイコーロー 水餃子ネギソース ミニごま団子 梅ザーサイ 中華スープ 753Kcal</p>	<p>22日 白飯 豚肉の西京焼き 茄子のみぞれ和え もやしカニカマサラダ 漬物 味噌汁 766Kcal</p>	<p>23日 白飯★丼の日★ 豚丼 スパゲティサラダ 洋ナシ缶 味噌汁 808Kcal</p>	<p>24日 白飯 カニ爪フライ&ホタテカツ マカロニウィンナーソテー カリフラワーサラダ マンゴー缶 野菜フィヨンスープ 794Kcal</p>	<p>25日 ピラフ★イベント食★ タンドリーチキン 大根ポトフ いちごロールケーキ ミニマシュマロ コンソメスープ 768Kcal</p>	<p>26日 白飯 豚肉のみぞれ煮 輪大根そぼろ煮 白菜ゆず風味和え みかん缶 味噌汁 781Kcal</p>
27日	<p>28日 白飯 鯖の竜田焼き キャベツとワカメおかつ炒め 玉葱サラダ ココアワッフル 味噌汁 764Kcal</p>	<p>29日 白飯★シチューの日★ シチュー 和風スパゲティ ブロッコリーツナサラダ みかん缶 コンソメスープ 767Kcal</p>	<p>30日 ★麺の日★ かき揚げうどん 肉団子 ほうれん草の胡麻和え どらやき 760Kcal</p>	<p>31日 白飯 鶏のから揚げ 大根カニあんかけ 小松菜磯和え 漬物 味噌汁 764Kcal</p>	  <p>※エネルギーは ごはん150gとおかずの数値です</p>	