

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|---|---|--|---|---|--|---|
|  <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <h2>フレッパプラス</h2> <p>フレッシュな料理+パパッと出来る！</p> </div>  | | | |   | | <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>からだ想い・かぞく想いの食事で、毎日を健康に。</p> | | | | | | |
| | 1日 白飯 豚肉西京焼き じゃが芋醤油麹炒め 豆とｺｰﾝのサラダ 漬物 味噌汁 775Kcal | 2日 白飯★カレーの日★ シーフードカレー マカロニウイナーソテー 玉子サラダ 福神漬 コンソメスープ 788Kcal | 3日 白飯 鶏肉のピリ辛味噌焼 ひじき大豆煮 薩摩芋の胡麻和え 漬物 味噌汁 761Kcal | 4日 ★わかめご飯★ から揚げ黒酢ソース えのきとろの卵とじ いんげんひじきサラダ 漬物 味噌汁 769Kcal | 5日 ★麺の日★ 天麩羅うどん 卵の花 プチホットケーキ 774Kcal | 6日 白飯 豚すき焼き 青菜入り春雨炒め 豆ポテサラダ 黄桃缶 味噌汁 758Kcal |
| 7日 | 8日 白飯★丼の日★ かに玉丼 コーンコロケ インゲンツナ和え パイン缶 味噌汁 762Kcal | 9日 白飯 チーズハンバーグ& 身フライ ビーフン炒め おくら和え物 みかん缶 コーンスープ 792Kcal | 10日 白飯 豚肉のネギ塩炒め 春巻 もやしとカニカマのサラダ ミニごま団子 野菜フイヨンスープ 787Kcal | 11日 白飯 さばの味噌煮 青梗菜とひき肉炒め 玉子サラダ ミニいちご風味大福 味噌汁 759Kcal | 12日 ★バレンタインイベント食★ ロコモコ丼 南瓜サラダ ★ロールケーキ★ コンソメスープ 750Kcal | 13日 白飯 さんまの南蛮漬け ビーフンソテー 加アワ-サラダ 漬物 味噌汁 784Kcal |
| 14日 | 15日 ★麺の日★ 天麩羅納豆うどん ミニごま団子 750Kcal | 16日 白飯 鶏肉の山賊焼き ポテトチーズ焼き ほうれん草ナムル プチホットケーキ 野菜フイヨンスープ 768Kcal | 17日 白飯★シチューの日★ シチュー キャベツと桜えびの Pasta 枝豆カリフラワーサラダ ももクラッシュゼリー コンソメスープ 768Kcal | 18日 白飯 さばカレーから揚 とうふチャンプル 杏仁豆腐パイン 漬物 味噌汁 751Kcal | 19日 白飯 豚しゃぶ風 揚げかにシューマイ 南瓜サラダ 漬物 味噌汁 854Kcal | 20日 ★丼の日★ 天丼 【えび・ほき・さつま芋・蓮根】 ほうれん草の和え物 漬物 味噌汁 766Kcal |
| 21日 | 22日 白飯★カレーの日★ シーフードカレー 福神漬 胡瓜ツナサラダ 黄桃缶 コンソメスープ 778Kcal | 23日 ★丼の日★ 鶏そぼろ丼 青梗菜のお浸し 漬物 味噌汁 764Kcal | 24日 白飯 豚肉の焼肉風 金平ごぼう カリフラワーじゃこサラダ 漬物 味噌汁 812Kcal | 25日 白飯 八宝菜 揚げ肉シューマイ 小松菜和え物 カスタードワッフル 野菜フイヨンスープ 751Kcal | 26日 白飯 とんかつ&カニ爪付フライ 大根そぼろ煮 スパゲティサラダ ミニいちご風味大福 味噌汁 822Kcal | 27日 白飯 豚肉の甘辛煮 揚げ餃子 ポテトサラダ みかん缶 味噌汁 758Kcal |
| 28日 |  <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <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> </div>  | | | | | |