

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>からだ想い・かぞく想いの食事で、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>※エネルギーは ごはん200gとおかずの数値です</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> 	
	1日 白飯 ホイコーロー 揚げシューマイ ほうれん草ナムル ミニごま団子 中華スープ 795Kcal	2日 白飯 カレーハンバーグ【新】 温野菜サラダ コンソメスープ 758Kcal	3日 ★イベント食★ ちらし寿司 若鶏の唐揚げ 茶碗蒸し ミニさくら餅 すまし汁 752Kcal	4日 白飯 鮭フライ タルタルソース添 あさりと大根の煮物 マンゴー缶 おかずぜんまい 味噌汁 790Kcal	5日 白飯 ジンギスカン じゃが芋和風炒め 大根ツナサラダ 洋ナシ缶 味噌汁 766Kcal	6日 白飯 鶏肉の味噌煮 ニラの卵とじ 南瓜の胡麻和え 磯わかめ 味噌汁 760Kcal
	7日	8日 ★きのこご飯★ チキンカツ ピーマンケチャップ炒め 枝豆カリフラワー和え 漬物 味噌汁 793Kcal	9日 白飯★カレーの日★ シーフードカレー 福神漬け 青梗菜のナムル 黄桃缶 コンソメスープ 745Kcal	10日 白飯 アジフライ 小松菜キムチ炒め レタスサラダ 漬物 味噌汁 769Kcal	11日 白飯 豚肉の塩だれ炒め 水餃子 白菜春菊のごま和え りんご缶 味噌汁 752Kcal	12日 ★麺の日★ 白湯うどん 茄子田楽 もやしカニカマサラダ ミニごま団子 768Kcal
14日	15日 白飯★丼の日★ 豚丼 大根水菜サラダ 味噌汁 759Kcal	16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	17日 白飯 八宝菜 肉シューマイ いんげんひじきサラダ 梅ザーサイ 野菜フィヨンスープ 756Kcal	18日 白飯 さばの胡麻揚 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	19日 白飯★丼の日★ 三色丼 はんぺんチーズフライ 大根枝豆サラダ カップヨーグルト 味噌汁 766Kcal	20日 白飯 エビフライ ポテトチーズ焼き 青梗菜のナムル 笹ガシ 味噌汁 809Kcal
21日	22日 ★麺の日★ 醤油ラーメン 焼き餃子 青梗菜ザーサイ炒め 760Kcal	23日 白飯 豚肉カルビ炒め 里芋の煮物 カリフラワーじゃこサラダ カップヨーグルト 石狩汁 777Kcal	24日 白飯★カレーの日★ キーマカレー 福神漬け レタスサラダ 杏仁豆腐パイン コンソメスープ 769Kcal	25日 白飯 鶏肉の生姜焼き 南瓜いとこ煮 玉葱サラダ みかん缶 味噌汁 772Kcal	26日 白飯 マーボー豆腐 揚げシューマイ キャベツ水菜サラダ ミニピンク餅 中華スープ 807Kcal	27日 白飯★丼の日★ ネギ塩豚丼 小松菜キムチ炒め 白菜のなめたけ和え 漬物 野菜フィヨンスープ 794Kcal
28日	29日 白飯 黒酢チキン南蛮 南瓜の味噌そぼろ かぶ漬け ミニいちご大福 味噌汁 789Kcal	30日 白飯★丼の日★ ビビンバ丼 肉シューマイ アスパラとヤングコーンサラダ 野菜フィヨンスープ 773Kcal	31日 白飯 白身フライ 大根と揚げの炒め煮 豆ポテサラダ ミニたいやき すまし汁 759Kcal	<p>【3月のお知らせ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・3月3日はひなまつりです。フレアサービスでは【ちらし寿司】と【手作り茶碗蒸し】を提供いたします。 ・3月2日は新メニューの【カレーハンバーグ】です。カレーライスではなく、ハンバーグに少し辛めのカレールーがかけられます。（レストラン気分で食べてください）ぜひ、楽しみにしてください！ 		