

オーシャンクラブ お昼の手作り弁当 500円

★ご飯大盛り+50円

※10月20日（金）のお弁当の配達には研修旅行の為お休みさせていただきます。

月曜日☆鶏の唐揚げ

火曜日☆お魚の日

水曜日☆豚肉料理

木曜日☆ハンバーグの日

金曜日☆鶏料理

10月9日（月）	10月10日（火）	10月11日（水）	10月12日（木）	10月13日（金）
鶏の唐揚げ	サーモンフライ ☆タルタルソース	ポークチャップ	メンチカツ	照り焼きチキン
ピーマンと糸こんにゃくのきんぴら	ひじきと大豆の煮物	大根とこんにゃくのコロコロステーキ	もやしと絹揚げの炒め物	じゃがいもと鮭フレーク和え
おから入りポテトサラダ	大根とカニカマの酢物	ミニスパサラダ	わかめと胡瓜の酢物	切干大根の梅ごま和え