

Japanese

メニューはお知らせなく変更することがあります
のでご了承ください

川部メモリアルハウス
明治会ランチプログラム
2021年12月

60歳以上 - 5ドルの寄付をお願いしています
ゲスト (60歳未満) - 1食10ドル
持ち帰りのみ
払い戻しはできません
2日前までに 206-322-4550 に電話で予約してください

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
				
6	7	8	9	10
スパゲッティミートソースと牛 ミンチ、ベーコン、マッシュル ーム、玉ネギとパルメザン ガーリックトースト ケール、ブロッコリ、人参と干 しアプリコットのサラダ ワカメと人参の味噌汁 バナナ	牛肉団子の甘辛煮 ケール、人参とトマトのサラ ダ ヤム芋とチャードの味噌汁 ご飯 リンゴのキャラメルソースかけ	バーベキュー牛ショートリブと赤と 緑葉レタスと サムジャン ラディッシュサラダ(早漬けラディ ッシュ) からし菜のナムル 玄米ご飯 スカッシュとネギの味噌汁 ブドウ	おでん (玉子、コンニャク、大根、 昆布、人参、椎茸、カマボコ、なる と巻き、チクワ、さつま揚げ、油揚 げ、厚揚げと魚団子) ホウレン草のおひたし ご飯 漬物 イチゴとホイップクリーム	太巻きといなり寿司 (椎茸、ホ ウレン草と玉子とショウガ入 り) インゲンのゴマ和えと枝豆 スカッシュとタラの味噌汁 オレンジとシュークリーム
13	14	15	16	17
タラとイカのフライ ケール、ホウレン草、トマト、 人参と干しクランベリーのサラ ダ ジャガイモ、玉ネギと豆腐の味 噌汁 ご飯、オレンジ	ハンバーグステーキ (牛ひき肉と豆腐) ルッコラ、ブロッコリ、ネギ、ピー マンとカボチャの種のサラダ ご飯 人参とホウレン草の味噌汁 ブドウ	サバ味噌煮 ケール、ブロッコリ、ピーマン、人 参、トマト、紫玉ネギ、干しブルー ベリーとカボチャの種のサラダ カボチャとネギの味噌汁 ご飯 薄切り梨とホイップクリーム	肉豆腐 (牛肉と豆腐と玉ネギの煮込 み)、ケールとブロッコリ、人参とト マトのサラダ カニカマとホウレン草の味噌汁 玄米ご飯、漬物 ギリシャヨーグルトとブルーベリー、 ハチミツ、グラノーラ、アプリコット	豚肉ギョーザ チェリートマト、ルッコラ、人 参とカボチャの種のサラダ 大根とワカメの味噌汁 ご飯、漬物 角切りマンゴーとギリシャヨー グルト
20	21	22	23	24
カキフライ ホウレン草、ケール、トマト、 人参、ラディッシュとクリス ピーオニオンのサラダ 玄米ご飯 ゴボウとヒジキの味噌汁 梅干しとミカン	豚汁 (豚肉の味噌煮、大根、ゴボウ、里 芋、人参、コンニャク、豆腐、玉ネ ギとネギ入り) 七面鳥サラダ、ルッコラ、トマト、 ブロッコリ、ネギとカボチャの種入 り) ご飯 梨とシュークリーム	スキヤキ (豆腐、うどん、シメジ茸、 玉ネギ、白菜、ネギ入り牛鍋) サラダ (トマト、ルッコラ、ブロッ コリ、コーン、玉ネギ)、ご飯 三つ葉とカニカマの味噌汁 ミカン	天丼 (エビ、インゲン、玉ネギ、ヤム芋 と人参の天ぷらとタレがご飯の上に) キュウリとワカメの酢の物 ホウレン草、人参と玉ネギの味噌汁 バナナ	 <p>お休み</p>
クリスマス振替休日 クリスマスイヴ				
27	28	29	30	31
シェフの休暇 テリーのキッチン と 味噌汁 ご飯	シェフの休暇 テリーのキッチン と 味噌汁 ご飯	シェフの休暇 テリーのキッチン と 味噌汁 ご飯	シェフの休暇 テリーのキッチン と 味噌汁 ご飯	お休み  新年振替休日 大晦日