

Japanese

メニューはお知らせなく変更することがあります

川部メモリアルハウス
明治会ランチプログラム
2025年4月

イートインをお勧めします
60歳以上テイクアウト-8ドル。60歳以上イートイン-5ドルの寄付を推奨
60歳未満 テイクアウト - 12ドル。60歳未満 イートイン - 10ドル
オフィスのあいている2日前までに 206-322-4550 までお電話
または、Eメールにて <lunch@kawabehouse.org>

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
	<p>1 スパゲティミートソース(牛肉, スパゲッティ, トマトソース, チーズ) ケール、人参、ブロッコリとカボチャの種のサラダ 大根とワカメの味噌汁 オレンジ</p>	<p>2 焼うどんとギョウザ(玉ネギ、キャベツ、人参と豚肉入) ブロッコリ、ホウレン草とピーマンのサラダ 豆腐と玉ネギの味噌汁 薄切りリンゴ</p>	<p>3 スキヤキ(牛肉、玉ネギ、豆腐、キャベツ、コンニャク、エノキ茸、うどんとネギ入り) ルッコラ、ホウレン草、ピーマン、ネギとベーコンビットのサラダ、里芋とコーンの味噌汁 ご飯、バナナ</p>	<p>4 ばらずし(寿司飯にエビ、人参、タケノコ、椎茸、サヤエンドウ、ゴボウ、ヒジキ、油揚げ、カマボコ、トビコ、錦糸卵、刻みノリと紅ショウガ) たらと人参の味噌汁 くし形オレンジ</p>
<p>7 チキンカレー(鶏肉とカレーソースがご飯の上に) くし形トマトと福神漬け添え ルッコラ、人参、ピーマンとビート入りケールサラダ 白人参と高菜の味噌汁 薄切りリンゴ</p>	<p>8 トンカツ ケール、人参、ブロッコリ、ピーマン、トマト、ラディッシュとネギ入りポテトサラダ スカッシュとワカメの味噌汁 ご飯 くし形オレンジ</p>	<p>9 アジフライ ホウレン草のゴマ和え サラダ(ケール、ブロッコリ、トマトとネギ) 玄米ご飯 人参とホウレン草の味噌汁 薄切りリンゴ</p>	<p>10 天井(エビ、インゲン、玉ネギ、ヤムイモと人参の天ぷらがご飯の上に甘しょう油ソースかけ)ホウレン草と人参と玉ネギの味噌汁、枝豆 ケール、ルッコラ、ラディッシュとピーマンのサラダ、バナナ</p>	<p>11 サンドイッチ(白と小麦のパン、玉子、ジャガイモ、ツナ、ハム、トマト、人参、緑葉レタスとキュウリ入り) 枝豆 薄切りリンゴ</p>
<p>14 親子丼(鶏肉、玉ネギと玉子のご飯の上) ナスの味噌田楽 ホウレン草とスカッシュの味噌汁 くし形オレンジ</p>	<p>15 サーモンバター焼き サラダ(ルッコラ、ケール、ブロッコリ、人参) きんぴらゴボウ 玉子焼き 玄米ご飯 レンコンとヒジキの味噌汁 バナナ</p>	<p>16 鶏の唐揚げ丼 (セイボリーソース、マヨ、刻みノリとネギがご飯の上に) トマト、ピーマン、ブロッコリ、ラディッシュとリンゴ入りルッコラサラダ、人参とネギの味噌汁 オレンジ</p>	<p>17 サバの塩焼きレモン添え 酢の物 トマトとブロッコリ入りホウレン草のサラダ 人参とワカメの味噌汁 ご飯 薄切りリンゴ</p>	<p>18 鶏肉の甘酢ソース(玉ネギ、ブロッコリ、人参、ピーマンとパイナップル入り) ルッコラと枝豆のサラダ ご飯 豆腐、玉ネギとワカメの味噌汁 薄切りリンゴ</p>
<p>21 カキフライ(パン粉で揚げたカキ) サラダ(ホウレン草、ケール、トマト、人参、ラディッシュ) ナス田楽 ご飯、味噌汁(ゴボウとヒジキ) バナナ</p>	<p>22 焼きそば(豚肉と野菜) いなりずし 人参とホウレン草の味噌汁 くし形オレンジ</p>	<p>23 肉じゃが (牛肉、ジャガイモ、玉ネギ) ホウレン草のゴマ和え ご飯 豆腐とワカメの味噌汁 薄切りリンゴ</p>	<p>24 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 オレンジ</p>	<p>25 サーモン塩焼き 大根おろしとレモン添え きんぴらゴボウ ホウレン草、トマト、ケール、人参とカボチャの種のサラダ 人参と水菜の味噌汁 玄米ご飯、バナナ</p>
<p>28 焼肉丼 (牛肉、玉ネギ、玉子) トマト、ルッコラとキュウリのサラダ 玉ネギと豆腐の味噌汁 ご飯 バナナ</p>	<p>29 フィッシュアンドチップス 人参、ケールとトマト入り野菜サラダ クラムチャウダー くし形オレンジ</p>	<p>30 サバとタラの南蛮 (玉ネギ、ピーマン、人参とグリーンピース入り) ルッコラ、トマトとホウレン草入りサラダ 玉ネギとジャガイモの味噌汁 玄米ご飯、バナナ</p>		