

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

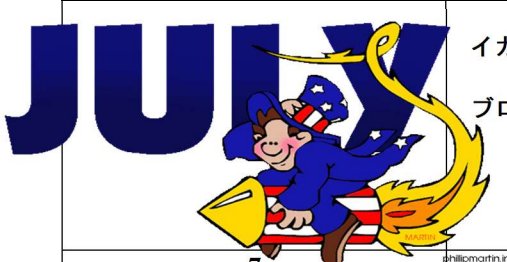
川部メモリアルハウス 明治会ランチプログラム 2025年7月

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>

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
	1 イカ天ぷらとコロケ (豚肉、ジャガイモ、玉ネギ) ブロッコリ、ホウレン草、ケールとトマト入りサラダ 豆腐と人参の味噌汁 ご飯 薄切りリンゴ	2 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 玄米ご飯、漬物 バナナ	3 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	4 休日  アメリカ独立記念日
	7 アジフライ 人参、コーンとキュウリ入りポテトサラダ シメジと小松菜の味噌汁 玄米ご飯 薄切りリンゴ	9 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、ピーマンとトマトのサラダ ご飯 大根とホウレン草の味噌汁 薄切りバナナ	10 鶏唐揚げ丼 (カリカリ鶏の唐揚げとセイボリーソース、マヨネーズ、刻みノリとネギがご飯の上に) 緑菜レタス、トマト、ルッコラと人参のサラダ 人参とネギの味噌汁 薄切りリンゴ	11 親子丼 (鶏肉、玉ネギと玉子のご飯の上に) 田楽 (豆腐、ナスと味噌) ホウレン草とスカッシュの味噌汁 くし形オレンジ
	14 カキフライ トマト、人参、緑菜レタス、黄ピーマンとラディッシュのサラダ ホウレン草のゴマ和え 豆腐とネギの味噌汁 ご飯 くし形オレンジ	16 照り焼きサーモンとたくあん 大根と人参、サヤエンドウとレンコンの煮物 カブとカブの葉の味噌汁 ご飯 リンゴの薄切り	17 サンドイッチ (玉子、ジャガイモ、ツナ、ハム、トマト、レタスとキュウリ入り) ブロッコリ、トマトとケールのサラダ バナナ	18 ギョーザと焼き飯 ホウレン草、ケール、干しアブリコット、ブロッコリ、トマト、ネギとラディッシュのサラダ カニカマ、人参とワカメの味噌汁 スイカ
21 サバの塩焼き 大根おろしとレモン添え カボチャの煮物 スカッシュと水菜の味噌汁 ご飯 スイカ	22 白菜ロール (牛豚ひき肉入り白菜巻き煮込み) 煮物 (大根、サヤエンドウ、かぼちゃ、レンコン) 味噌汁 (人参とビートの葉) 漬物、ご飯 くし形オレンジ	23 トンカツ ホウレン草、ピーマン、ネギ、トマトとブロッコリ入りケールサラダ 人参と高菜の味噌汁 玄米ご飯 薄切りリンゴ	24 天ぷら (人参、玉ネギ、インゲン、ブロッコリ、レンコン、ケール、エビとサツマイモの天ぷら) 三つ葉とカニカマの味噌汁 梅干し ご飯 バナナ	25 サーモン塩焼き 玉子焼き ホウレン草、ブロッコリ、トマト、ピーマンとラディッシュのサラダ、ご飯 三つ葉とカニカマのお吸い物 薄切りリンゴ
28 ハヤシライス (牛肉と野菜) トマト、ピーマン、人参、ピートと干しアブリコットの春のミックスサラダ ヤムイモと水菜の味噌汁 ご飯 くし形オレンジ	29 スパゲティーミートソース (牛肉、スパゲティ、トマトソース、チーズ) ケール、ホウレン草、トマトと玉ネギのサラダ 人参と玉ネギの味噌汁 ガーリックトースト 薄切りリンゴ	30 すき焼き (薄切り牛肉、玉ネギ、豆腐、キャベツ、コンニャク、エノキ、うどんとネギ) サラダ (ルッコラ、ホウレン草、ネギ、ピーマンとベーコン)、ご飯、サトイモとコーンの味噌汁 バナナ	31 照り焼きチキン (玉ネギ、ピーマン、人参、ホウレン草) ルッコラとホウレン草のサラダ ご飯 くし形オレンジ	