

◆

ひろばのまんま

3月のめにゅ～予定表

◆

日	月	火	水	木	金	土	
<p>障害者就労支援事業所 ひろばのまんま むつ市柳町1丁目6-2 まちの駅「七福」内 TEL / FAX ... 0175 - 34 - 9594 ご注文は当日9:30までをお願いします。</p>						1	
休 み	2	3	4	5	6	7	休 み
	A 鮭の粕漬け焼き B 豚の生姜焼き	A エビと豆腐のチリソース B チーズチキンカツ	A ホッケの塩焼き B 豚バラの煮込み	A アジのみりん干し B 鶏のトマト煮	A エビフライカレー B デミハンバーグ		
休 み	9	10	11	12	13	14	15
	A サバの塩焼き B メンチカツ	A 八宝菜 B 鶏の唐揚げ	A シーフードグラタン B 豚の味噌煮	A ブリ大根 B 豚しゃぶ(ごまだれ)	A 白身魚のフライ B チキンときのこのシチュー		休 み
休 み	16	17	18	19	20	21	22
	A かきあげとちくわ納豆 B 鶏の味噌漬け焼き	A アジフライ B 回鍋肉	A がんもどきの煮物 B 牛バラ焼き	A タラのみぞれ煮 B タンドリーチキン	休 み		休 み
休 み	23	24	25	26	27	28	29
	A ブリの照焼き B とんかつ	A 鮭のチーズ焼き B チンジャオロースー	A 白身魚のネギ味噌焼き B 鶏の山賊揚げ	A サバの味噌煮 B 蒸し鶏のごまだれ	A ホッケのみりん焼き B チーズメンチカツカレー		休 み
休 み	30	31	<p>※ めにゅ～は時季や仕入れ状況により変更する場合がございます。 毎週お届けする「今週のまんま」をご覧ください。</p>				
	A ほたてフライ B 炒り鶏						

