



日	月	火	水	木	金	土
23日	24日	25日	26日	27日	28日	1日
<p>【連絡先】 食数に関して旭川工場:0120-20-8981 山鼻工場代表番号 :011-511-8981</p> <p>※山鼻工場は水曜・日曜定休日です。 水曜日においては旭川工場へご連絡ください。 日曜日においては営業担当までご連絡ください。</p>				<p>3月になりました。 雪も溶け始め、春らしい季節になってきましたね。この時期は寒暖差や気圧の変動の影響により、自律神経のバランスが乱れ、体調不良になりやすいと言われています。疲れやストレスを感じたら、無理せずにお休みしましょう。</p>		白飯 豚肉と木耳の卵炒め えびしゅうまい 漬物 味噌汁 690Kcal
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
	<p>★丹の日★ 四色丼 筑前煮 デザート 味噌汁</p>	<p>イベント</p> 白飯 メンチカツ 麻婆茄子 フルーツ 味噌汁	<p>★麺の日★ ミートソース スパゲティ もやしとベーコンソテー フルーツ スープ</p>	白飯 厚焼き玉子と つくねの照焼 金平牛蒡 小松菜ボン酢和え 味噌汁	白飯 鶏肉の味噌煮 切干大根 菜の花のゆず風味和え 漬物 すまし汁	白飯 根菜と鶏肉の炒め物 青梗菜の煮浸し 漬物 味噌汁
	640Kcal	660Kcal	645Kcal	660Kcal	600Kcal	650Kcal
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
	白飯 豚肉ケチャップ炒め インゲンコンソテー マカロニサラダ 味噌汁	白飯 味噌カツ 里芋の煮物 漬物 味噌汁	<p>★麺の日★ 醤油ラーメン 肉しゅうまい フルーツ</p>	白飯 鶏肉柚子胡椒焼き 大根炒め オクラの酢の物 フルーツ 味噌汁	白飯 赤魚の揚げ煮 じゃが芋そぼろ炒め ほうれん草の胡麻和え 漬物 味噌汁	白飯 串なし焼き鳥 プロックリー塩麴炒め フルーツ 味噌汁
	650Kcal	670Kcal	660Kcal	620Kcal	640Kcal	640Kcal
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
	白飯 アジフライ ジャーマンポテト 漬物 味噌汁	<p>★麺の日★ かき揚げそば ニラの卵とし 漬物</p>	白飯 白身魚の塩から揚げ 茄子揚げ出し煮 スパゲティサラダ 味噌汁	白飯 豚肉と野菜の オイスター炒め ポテトサラダ フルーツ 味噌汁	<p>★丹の日★ 親子丼 青梗菜ツナサラダ 漬物 味噌汁</p>	白飯 焼き餃子 もやし中華炒め 漬物 味噌汁
	635Kcal	600Kcal	650Kcal	665Kcal	640Kcal	620Kcal
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
	白飯 豚肉ガーリック炒め オクラの梅和え 漬物 味噌汁	白飯 白身フライ&ハムカツ 薩摩芋炒め フルーツ 味噌汁	<p>★麺の日★ たぬきうどん 牛肉コロッケ 漬物</p>	白飯 ミートボールのトマト煮 ほうれん草の卵炒め 南瓜のサラダ 味噌汁	白飯 厚揚げと茄子の味噌炒め キャベツコンソメ煮 漬物 味噌汁	白飯 さばの塩焼き 里芋煮転がし 小松菜のゆず風味和え 漬物 味噌汁
	620Kcal	720Kcal	600Kcal	655Kcal	640Kcal	630Kcal
30日	31日					
	<p>★菜飯★ さわらの醤油麹焼き 大豆の磯煮 インゲンマヨ和え フルーツ 味噌汁</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>JFS-B20000688</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>株式会社フレアサービス</p> <p>からだ想い・かぞく想いの食事で、毎日を健康に。</p> </div> </div>				