

健御膳セレクト（ベストランチ）（2024年3月31日までのお届け分）

主菜	副菜	副菜	副菜
ヒレカツの卵とじ	キャベツときのご和え	おくらのおろしあん	
豚の生姜焼き	いんげんのごま和え	ポテトサラダ	
鶏の照焼き	もやしと人参のナムル	おくらのおかか和え	
鶏の唐揚げ	豆腐のチリソースがけ	小松菜と玉子の香味和え	
牛すき煮	おくらのコーンソース	かぼちゃのずんだソース	
肉じゃが	五目厚焼卵	小松菜のからし和え	いんげんのお浸し
イタリアンハンバーグ	れんこんと人参のたらこ炒め	キャベツの洋風煮	
ヒレカツ&オムレツ	人参のマリネ	ヤングコーンのマスタード炒め	
デミグラスハンバーグ	いんげんのコーンソース	なすのトマトソース	キャベツのきのごソテー
鶏肉の甘酢あんかけ	春雨サラダ	豆腐炒り卵	
肉団子の中華あん	もやしのナムル	麻婆豆腐	いんげんのお浸しコーンソース
豚肉のねぎ塩焼肉	大学芋	おくらのコーンソース	
いわしの生姜煮	がんも煮	人参のたらこ炒め	小松菜と春雨のサラダ
さわらの西京焼	切り干し大根のごまマヨサラダ	かぼちゃのいとこ煮	れんこんの梅和え
白身魚の天ぷら和風あん	カリフラワーのマリネ	青梗菜ときくらげの和え物	ひじき煮
豆腐の肉味噌だれ	ふわふわしんじょ	春雨サラダ	ブロッコリーのガーリックソース
和風炊き合わせ	茄子の味噌和え	切干大根のごまマヨサラダ	
マヨたまフライ	キャベツの洋風和え	人参のたらこ炒め	
八宝菜	大学芋	春雨のチャプチェ	

健御膳セレクト（ベストランチ）（2024年4月1日からのお届け分）

主菜	副菜	副菜	副菜
ヒレカツの卵とじ	キャベツときのご和え	おくらのおろしあん	
豆腐ハンバーグのきのこあん	和風マカロニサラダ	小松菜と茄子のおろし和え	
豚の生姜焼き	いんげんのごま和え	ポテトサラダ	
鶏の照焼き	もやしと人参のナムル	おくらのおろしあん	
鶏の唐揚げ	豆腐のチリソースがけ	小松菜と玉子の香味和え	
牛すき煮	おくらのコーンソース	かぼちゃのずんだソース	
肉じゃが	五目厚焼卵	小松菜のからし和え	いんげんのお浸し
イタリアンハンバーグ	れんこんと人参のたらこ炒め	キャベツの洋風煮	
ヒレカツ&オムレツ	人参のマリネ	ヤングコーンのマスタード炒め	
デミグラスハンバーグ	いんげんのコーンソース	なすのトマトソース	キャベツのきのこソテー
鶏肉の甘酢あんかけ	春雨サラダ	豆腐炒り卵	
肉団子の中華あん	もやしのナムル	麻婆豆腐	
豚肉のねぎ塩焼肉	おくらのコーンソース	フィジリトマトソース	
いわしの生姜煮	カニカマポテトサラダ	小松菜と卵の和え物	
さわらの西京焼	切り干し大根のごまマヨサラダ	かぼちゃのいとこ煮	れんこんの梅和え
白身魚の天ぷら和風あん	青梗菜の香味和え	カリフラワーのマリネ	
豆腐の肉味噌だれ	ふわふわしんじょ	春雨サラダ	ブロッコリーのガーリックソース
和風炊き合わせ	茄子の味噌和え	切干大根のごまマヨサラダ	
マヨたまフライ	キャベツの洋風和え	人参のたらこ炒め	
八宝菜	大学芋	春雨のチャプチェ	