

レラ 2026年 5月 メニュー表

弁当容器は洗浄してお返し下さいm(_)_m
 軽くゆすいでいただくだけでも大変助かります。
 難しい場合は無理なさらさないで下さい(*^^*)

ご注文・キャンセルについて

* 前日のお昼12時までにお申し込み下さい (日曜祝日は定休日)
 * 締め切り時間を過ぎたキャンセルは代金を頂きます

月	火	水	木	金	土 (夕食のみ)
5/25(月)『蒸し鶏のごま味噌がらめ 4切り』を単品販売します! 弁当抱き合わせて1パックから、単品は2パック以上で配達いたします。 ご注文締め切り 5/22(金) ¥450 (税込)				1 さばの三五八漬け きんぴらごぼう ポテトサラダ なすとピーマンの天ぷら 春雨とキャベツの炒め物	2 鶏肉の照りマヨ焼き煮物 きこのマリネ ほうれん草のサラダ 炒り卵
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9
☆ お弁当は必ず当日中にお召し上がり下さい ☆ 道路事情により配達時間が前後する場合があります。予めご了承下さい			鶏のマスタード焼き 厚揚げとキャベツの味噌炒め 小松菜と人参のゆず胡椒和え さつま芋サラダ ふきのきんぴら	ほっけの三五八漬焼き かき揚げ ツナとキャベツのサラダ ごぼうとコンニャクのピリ辛煮 ちくわと舞茸の味噌炒め	さばの辛味噌煮 春雨サラダ おでん ナムル スパゲティケチャップ炒め
11	12	13	14	15 メンチの日	16
鶏の玉葱ソース 卵焼き マカロニサラダ 五目きんぴら なすときゅうりの和え物	さばの三五八漬け キャベツと人参のピーナツ和え煮物 ジャーマンポテト 小松菜と椎茸の和え物	白身魚の味噌マヨ焼き じゃが芋の炒め煮 ちくわの磯辺揚げ 切干大根の煮物 白菜の甘酢炒め	豚のくわ焼き 卵焼き かき揚げ ごぼうとさざ波昆布の煮物 キャベツの梅肉和え	メンチカツ ひじきの煮物 お浸し じゃこピーマン きゅうりのなめたけ和え	鶏肉のカレー焼き さつま芋とりんごの甘煮 コールスロー 高野豆腐の卵とじ もやしとシメジのおかか和え
18	19	20	21	22	23
白身魚フライ ひじきサラダ ゆで野菜のオーロラソース 舞茸とねぎの味噌炒め 切干大根のナムル	ゆで豚のサラダドレッシング 高野豆腐の含め煮 ほうれん草と人参のごま和え さつま芋の天ぷら ゆず胡椒和え	鶏肉のガーリックパン粉焼き 卵焼き 大豆と昆布の煮物 アスパラのマヨネーズかけ がんもの煮浸し	アジの南蛮漬け 煮物 かぼちゃサラダ 春雨ともやしのカレー炒め 酢の物	煮込みハンバーグ じゃが芋とセロリの炒め物 白菜とベーコンの洋風煮浸し もやしの卵とじ セロリのきんぴら	焼さばの和風漬け かぼちゃの甘煮 しぐれサラダ 卵焼き 小松菜のごま和え
25 蒸し鶏ごま味噌 販売	26	27	28	29	30
ほっけフライ お休みサラダ わあっと煮 ほうれん草のピーナツ和え 大根の梅しそ和え	豚のピリ辛焼き 味噌おでん きこのごま酢和え ごぼうサラダ アスパラのベーコン炒め	赤魚の三五八漬け ふきと揚げの煮物 かぼちゃの天ぷら ビーフンサラダ ほうれん草のごま和え	チキンカツ 大根と人参のきんぴら じゃが芋とコーンのソテー もやしと卵の炒め物 梅肉和え	白身魚の香味ソース さつま芋とさざ波昆布の煮物 高野豆腐の卵とじ ピーマンのピーナツ炒め ナムル	鶏のマーマレード焼き 生揚げと野菜の煮物 人参ラペ ゆで野菜の味噌マヨネーズ 白菜のエノキ和え

昼食・夕食 (価格は全て税込)

● **レラ弁当 950円**
 エネルギー600kcal前後
 塩分2.5g前後

ダブル
 ● **W弁当(肉・魚入り) 1,150円**
 エネルギー670kcal前後
 塩分3.0g前後

● **おかずセット 850円**
 エネルギー300kcal前後
 塩分2.5g前後

● **腎臓食弁当 1,000円**
 エネルギー650kcal前後
 塩分2.0g前後

5/15(金)はメンチの日!

※ご注文は5/13(水)まで

● **メンチカツ2個パック 500円**
 ● **メンチカツ5個パック 1,250円**



配達料無料!
 1個からお届けします♥

宅配・手作り弁当の**レラ**
☎ 684-4999