

2012年2月 健康の森ランチメニュー

下記メニューに、【小鉢、お汁、玄米】がついています。

2月は甘草入りの薬膳スープです。各定食共 **800円**

2月11日(祝日)は薬膳粥定食 ご予約可 06-6833-5526

	N食	Y食
2月13日 木 火	高野豆腐入りハンバーグ とりささ身、蒸しキャベツ ゴマだれ風味	豚肉と厚揚げ 豆板醤炒め 切干大根のサラダ
3日 金	いわし 梅クコ煮 焼豆腐、野菜煮物 炊き合せ	いり豆
4日 土 火 23日 木	鮭と大根 ゴマ味噌煮 五目煮豆	チキンカツ みそソース ひじき ポテサラ
6日 月 16日 木 24日 金	さわら柚庵焼き ひじき煮物	おから入りとり団子 トマトソース煮 揚げカボチャ サラダ
7日 火 17日 金 25日 土	鶏肉のカレーソースかけ 高野豆腐と青菜 卵とじ	鯖 紅花揚げ ***薬膳*** 海草 くるみ味噌サラダ 薬膳スープ(紅花、くこ、茯苓、くるみ)
9日 木 18日 土 27日 月	揚げ魚 大根おろし煮 納豆和え	ポークビーンズ風 ゆでキャベツとキノコのサラダ
10日 金 20日 月 28日 火	焼豆腐とカボチャ 大豆ミート団子 そばろあんかけ うの花	野菜たくさんのマーボ-豆腐 青菜とあさり ひじきのサラダ

水曜日は薬膳玄米粥定食です。(800円)1日、8日、15日、22日、29日
薬膳玄米粥(身体に良い薬草(生薬)をふんだんに) こだわり野菜の炊き合せ
能勢山森養鶏場の温泉卵 五色豆のサラダ (お豆いっぱい)のサラダ
海藻の小鉢 薬膳汁

その他のメニュー お子様セット (400円) 胡麻豆腐 (180円)

日曜日は別メニューとなります 薬膳の日は、どくだみ茶です