

やさしいごはん みーる食堂 2026年6月メニュー予定表

※土・日・祝はみーる食堂がおやすみです。 ※メイン料理等の材料は変更になる場合もありますのでご了承ください。

	日	月	火	水	木	金	土			
第1週目	1	メイン1種をお選びいただけます ・チキンときのこの梅肉ソテー ・豚肉の中華風つけ焼き	2	メイン1種をお選びいただけます ・アジフライ ・ミートローフ	3	ハーフ&ハーフ メイン1種をお選びいただけます ・豚肉と野菜のうま煮 ・チャプチェ	4	メイン1種をお選びいただけます ・ポテトコロッケ ・魚のねぎマヨ焼き	5	メイン1種をお選びいただけます ・サバのトマト煮 ・酢鶏
	8	メイン1種をお選びいただけます ・鮭のホワイトソースかけ ・鶏肉のマーマレード風味焼き	9	メイン1種をお選びいただけます ・つるるん豚しゃぶ ・鮭のチャンチャン焼き風	10	ハーフ&ハーフ メイン1種をお選びいただけます ・なすのはさみ揚げ ・鶏むね肉のみぞれ煮	11	メイン1種をお選びいただけます ・鶏肉の天ぷら ・エビ入りオムレツ	12	メイン1種をお選びいただけます ・鮭のムニエルラビゴットソース ・豚肉のしょうが焼き
第3週目	15	メイン1種をお選びいただけます ・鮭の甘酢あんかけ ・豚肉と玉葱のソテー	16	メイン1種をお選びいただけます ・ポークストロガノフ ・揚げ豆腐そぼろあん	17	第三水曜は ☆カレーの日☆ メイン1種をお選びいただけます ・鶏肉の磯辺焼き ・サバの味噌煮	18	メイン1種をお選びいただけます ・白菜と豚肉のオイスターうま煮 ・鶏肉のチリソース	19	メイン1種をお選びいただけます ・鶏肉のピーナッツ焼き ・サバの照り焼き
	22	メイン1種をお選びいただけます ・魚のソテー香味野菜のせ ・鶏肉のゆず風味焼き	23	メイン1種をお選びいただけます ・鮭のトマト南蛮漬け ・豚肉のごま味噌炒め	24	ハーフ&ハーフ メイン1種をお選びいただけます ・えびマヨグルト ・肉豆腐	25	メイン1種をお選びいただけます ・チキンソテー黒ごまヨーグルトソース ・千種焼き	26	デザートサービス ご来店者様限定 メイン1種をお選びいただけます ・ゆで鶏のぼん酢ソース ・鮭の甘辛揚げ
第5週目	29	メイン1種をお選びいただけます ・魚のゆず風味照り焼き ・ポークソテー オニオンソース	30	メイン1種をお選びいただけます ・麻婆なす ・鮭と野菜のさっぱり蒸し						

お電話でのご予約や、お弁当のお持ち帰りもしております。



TEL 06-6732-3211 FAX 06-4307-5666 <https://recovery-mir.net/>

営業時間11:30~15:00(ラストオーダー14:30)