

やさしいごはん みーる食堂 2026年 1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							
第2週目			6 メイン1種をお選びいただけます ・さばの照り焼き ・チキンソテーねぎソース オススメ!	7 ハーブ&ハーブ メイン1種をお選びいただけます ・ポテコロッケ ・豆腐のキッシュ風	8 メイン1種をお選びいただけます ・豚肉のおろし大根ソース ・鶏肉のマーマレード風味焼き オススメ!	9 メイン1種をお選びいただけます ・魚の塩焼き ・豚カツ デザートサービス ご来店者様限定	
第3週目			13 メイン1種をお選びいただけます ・鶏肉の磯辺焼き ・豚肉のカレー焼き オススメ!	14 ハーブ&ハーブ メイン1種をお選びいただけます ・春巻き ・焼き鮭の香味ソース	15 メイン1種をお選びいただけます ・牛肉の辛味炒め ・鶏肉の照り焼きレモン風味 オススメ!	16 メイン1種をお選びいただけます ・さばの粒マスタード焼き ・松風焼き オススメ!	
第4週目		19 メイン1種をお選びいただけます ・鮭の土佐醤油焼き ・チキンチャップ	20 メイン1種をお選びいただけます ・ロールキャベツ ・スパニッシュオムレツ オススメ!	21 ☆1400円ランチ☆ メイン1種をお選びいただけます ・牛肉と春雨のうま煮 ・さばの味噌焼き	22 メイン1種をお選びいただけます ・揚げたらのおろし煮 ・豚とさつまいものピリ辛炒め オススメ!	23 メイン1種をお選びいただけます ・鶏肉から揚げ梅風味 ・鮭のホワイトソースかけ	
第5週目		26 メイン1種をお選びいただけます ・たらの野菜ソースかけ ・鶏肉のハニーマスタードソース オススメ!	27 メイン1種をお選びいただけます ・タンドリーチキン ・ぎせい豆腐	28 鯛のポワレ ハーブ&ハーブ メイン1種をお選びいただけます ・鮭と大根のミルク煮 ・牛肉ときこのソテー	29 メイン1種をお選びいただけます ・海鮮厚焼き卵 ・回鍋肉 オススメ!	30 メイン1種をお選びいただけます ・チャプチェ ・魚のレモンみそ焼き オススメ!	

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)