

毎週木曜日

# グリーンズ・ランチのお知らせ



## 12月メニュー

12月5日(木)

鶏のから揚げ ユーリソース  
春雨サラダ  
ワンタンスープ  
ご飯 ・ キムチ

塩分 1.8 g エネルギー 453 kcal

12月12日(木)

五目寿司  
青菜の胡麻和え  
さつまいものレモン煮  
お吸物

塩分 2.0 g エネルギー 406 kcal

12月19日(木)

ベーコンとトマトのスパゲティー  
フルーツサラダ  
旬の野菜でもう一皿  
コンソメスープ

塩分 3.3 g エネルギー 430 cal

12月26日(木)

ちゃんぽん風うどん  
カニ風味サラダ  
旬の野菜でもう一皿  
フルーツゼリー

塩分 2.7 g エネルギー 475 kcal



お一人様

# 350円にて お試しいただけます



自家農園にて栽培した 無農薬の野菜を  
ホーム食卓へ 提供しています



里芋

さつまいも

『旬の野菜でもう一皿』は  
その時期に収穫された野菜を使用したお楽しみメニュー。  
カロリー、塩分が若干増えます。ご了承ください。

毎週木曜実施 12:30~ ご予約くださいませ

介護付き有料老人ホーム グリーンズ湘南・鎌倉



0120-854-540