



今月のお品書き

2日 月曜日 鶏もも肉とこんにゃくの煮物 サワラのネギ味噌焼き キノコのバターソテー 白米 (わかめがゆ)	3日 火曜日 豚ロースのソテー梅ソースかけ 白身魚の揚げ出し カボチャと干しエビの煮物 煎りたらこの混ぜご飯(白がゆ)	4日 水曜日 鶏もも肉のみぞれ煮 ホッケのちゃんちゃん焼き 炊き合わせ 白米 (白がゆ)	5日 木曜日 カニ爪フライとプチエビフライ アジのみりん漬け焼き レンコンの豚そぼろ煮込み 白米(ゆかりがゆ)	6日 金曜日 鶏むね肉のマスタードクリーム煮 赤魚の香草焼き じゃが芋の金平風 筍ご飯 (白がゆ)	7日 土曜日 豚肉とにんにくの芽のオイスター炒め タラのムニエル ポン酢かけ キノコのトマト煮 白米 (白がゆ)	8日 日曜日 鶏もも肉の黒胡椒炒め ホッケの味噌麴焼き 揚げ茄子の枝豆あんかけ 白米 (白がゆ)
9日 月曜日 豚肉と長芋のゴマ風味炒め 白身魚の照り焼き 切干大根とフキの炒り煮 白米(さつまがゆ)	10日 火曜日 鶏もも肉の柚子胡椒から揚げ カレイの焼き浸し キャベツの小エビ煮 高菜ご飯 (白がゆ)	11日 水曜日 豚肉の Tandori 風炒め ブリの味噌漬け焼き 根菜の炊き合わせ 白米 (白がゆ)	12日 木曜日 チンジャオロースー 鮭の塩麴焼き ゴボウとさつま揚げの柔らか煮 白米(高菜がゆ)	13日 金曜日 鶏もも肉と玉ネギの豆板醤炒め ソイの山椒煮 じゃが芋とインゲンの煮物 炊き込みご飯 (白がゆ)	14日 土曜日 とんかつ ソースかつ丼風 アサリとホタテの紹興酒蒸し 小エビとおからの煮物 白米 (白がゆ)	15日 日曜日 照り焼きチキン 鮭の味噌漬け焼き 揚げレンコンとゴボウの甘辛煮 白米 (白がゆ)
16日 月曜日 鶏もも肉と長ネギの味噌炒め 赤魚のソテー 煮キャベツ添え 味噌おでん 白米(茶がゆ)	17日 火曜日 おろしハンバーグ 白身魚のフライ ひじきと大豆の煮物 ユーンバターライス (白がゆ)	18日 水曜日 鶏肉と野菜の塩麴炒め タラのブイヤベース風 カボチャの田舎煮 白米 (白がゆ)	19日 木曜日 豚キムチ イカとブロッコリーの炒め物 ナスと筍の中華風煮物 白米(麦がゆ)	20日 金・祝 豚肉のソテー 和風キノコソース サバのおろし煮 里芋と筍の煮物 わかめとおかの混ぜご飯 (白がゆ)	21日 土曜日 鶏もも肉の黒酢炒め ソイのみりん漬け焼き カボチャと椎茸の煮物 白米 (白がゆ)	22日 日曜日 ぶりぶりエビのチリソース ホッケの黒七味焼き カブとコーンのカレー煮 白米 (白がゆ)
23日 月曜日 鶏もも肉のスパイシー焼き サワラの梅しそ焼き イカと大根の煮物 白米(玉子がゆ)	24日 火曜日 揚げ豚の油淋鶏ソースかけ カレイの西京味噌漬け焼き 高野豆腐と大根の煮物 押し麦ご飯 (白がゆ)	25日 水曜日 豚肉とお麴のすき煮 鮭のフライ さつま芋の醤油煮 白米 (白がゆ)	26日 木曜日 豚肉とキャベツの黒胡椒炒め ホタテチャウダー 里芋と大根のそぼろ煮 白米(十六穀がゆ)	27日 金曜日 チキン南蛮タルタルソース アジの粕漬け焼き レンコンの味噌金平 白米 (白がゆ)	28日 土曜日 豚しゃぶトマトポン酢かけ ソイの蒲焼き 白菜とお揚げの煮物 ちらしいなり飯 (白がゆ)	29日 日曜日 豚肉とミックスビーンズの煮物 白身魚のネギ味噌焼き フキとお麴の煮物 白米 (白がゆ)
30日 月曜日 豚肉とナスの生姜焼き 赤魚の味噌煮 大根とぜんまいの煮物 白米(ホタテがゆ)	31日 火曜日 ポークソテー和風きのこソース タラの醤油麴漬け焼き カブとはんぺんの煮物 白米 (白がゆ)	1日 水曜日 カレー肉じゃが 鮭の南蛮漬け お麴とキャベツの煮物 白米 (白がゆ)	2日 木曜日 鶏肉の油淋鶏 サワラの味噌漬け焼き ひじきとこんにゃくの煮物 白米 (小豆がゆ)	3日 金曜日 豚挽肉とこんにゃくの時雨煮 白身魚のみりん漬け焼き ナスと大根のピリ辛煮 ビビンバ風まぜ飯(白がゆ)	4日 土曜日 鶏もも肉のスイートチリ炒め ホッケの塩焼き 大根と竹輪の煮物 白米 (白がゆ)	5日 日曜日 カニつみれのキムチ鍋風 サバのタルタルソース焼き レンコンのエビそぼろ煮 白米 (彩野菜がゆ)

こちらに掲載のメニューは仕入れの状況などにより変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。
 記載のメニューの他に毎日2〜3品のおかずが入ります。ご注文の際は「おかずのみ」か「ごはん付き」かお知らせください。



ご注文は TEL 011-215-8362 (受付時間 10:00 ~ 18:00) まで