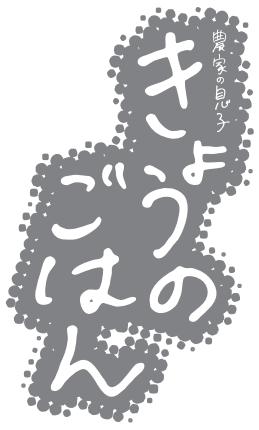


こちらに掲載のメニューは仕入れの状況などにより変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。
 ご注文の際は「おかずのみ」か「ごはん付き」か、お知らせください。おかずのみご注文いただいている方は「飯はつきませんで」ご了承ください。



今月のお品書き

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 タラの醤油麹漬け焼き 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 お麩とキャベツの煮物 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 大根とちくわの煮物 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 レンコンのエビそばろ煮 白米 (彩野菜がゆ)
6日 月曜日 甘辛鶏ゴボウ 赤魚の西京味噌漬け焼き フキのきんぴら 白米	7日 火曜日 豚挽肉とほうれん草の辛味噌炒め タラのフライ カボチャと金時豆の煮物 白米	8日 水曜日 鶏むね肉の梅じそ焼き ブリの塩焼き 筍とフキの煮物 白米	9日 木曜日 豚肉と大根のさっぱり煮 カレイの塩麹漬け焼き 皮付き切干大根の煮物 白米	10日 金曜日 鶏もも肉の塩麹から揚げ 白身魚の味噌漬け キノコの中華風煮物 おかかご飯	11日 土曜日 豚肉のネギ味噌焼き サワラのゴマ照り焼き 里芋とイカの煮物 白米	12日 日曜日 ポークソテー照り焼きソース 鮭のちゃんちゃん焼き さつま芋のはちみつレモン煮 白米
13日 月曜日 チキンステーキ ソイの磯部揚げ 白菜とさつま揚げの煮物 白米	14日 火曜日 チキンカツトマトソース 魚介のチリソース炒め おからとひじきの煮物 白米	15日 水曜日 鶏もも肉の照り焼き 鮭の醤油麹漬け焼き ナスのピリ辛煮 白米	16日 木曜日 鶏もも肉のハーブ焼き 赤魚のしそゴマ揚げ 洋風おでん 白米	17日 金曜日 チーズハンバーグ 白身魚のはちみつマスタード焼き ひじきとレンコンの煮物 バターライス	18日 土曜日 豚のブルコギ風 タラのアクアパツツア ぜんまいと大根の煮物 白米	19日 日曜日 豚肉とピーマンの辛子醬油焼き プチエビフライ カボチャとほうれん草のオイスター煮 白米
20日 月曜日 豚肉と野菜の炒め物 サバの味噌煮 根菜とちくわの煮物 白米	21日 火曜日 黒酢豚 ソイの焼きびたし 大根とにんじんの煮しめ 白米	22日 水曜日 八宝菜 ホッケのネギ味噌焼き オクラと長芋の煮物 白米	23日 木曜日 タンドリーチキン カツオのフライ ブロccoliの蟹あんかけ 白米	24日 金曜日 揚げ豚のピリ辛醤油かけ ガーリックシュリンプ 筑前煮 十六穀ご飯	25日 土曜日 鶏もも肉のすき焼き 鮭の西京味噌漬け焼き 味噌煮込み 白米	26日 日曜日 ミニロールキャベツ カレイの山椒煮 カブと里芋のそばろあんかけ 白米
27日 月曜日 鶏もも肉のレモン塩から揚げ ブリの醤油麹漬け焼き 五目きんぴら 白米	28日 火曜日 豚ジンギスカン ソイの香味醤油焼き フキとちくわのおかか煮 白米	29日 水・祝 肉じゃが 白身魚のカレームニエル イカと里芋の煮物 白米	30日 木曜日 豚肉とキノコの生姜焼き 赤魚の紹興酒蒸し ミックス豆のクリーム煮 白米	1日 金曜日 豚ひき肉のドライカレー風 鮭とキノコのバター焼き 豆腐と大根の煮物 白米	2日 土曜日 鶏もも肉の粒マスタード炒め サバのカレーフリット ひじきの煮物 白米	3日 日・祝 ポークチャップ 白身魚のボワレ香草ソース ナスと大根の煮物 高菜ご飯