

2021 年 10 月

☆約半月ごとに更新予定です  
 ※食材の都合により、メニューが変わることがあります。

曜日	月	火	水	木	金	土
日					1	2
メニュー						
日	4	5	6	7	8	9
メニュー						
日	11	12	13	14	15	16
メニュー						
日	18	19	20	21	22	23
メニュー	厚切りハムカツ ホッケ塩焼 生姜天煮 中華風サラダ 玉子焼き ひじき煮	ハンバーグきのこ ソース さつま芋天 エビ餃子 大根そぼろ煮 こんにゃく土佐煮 マカロニサラダ	牛肉コロッケ サバ味噌煮風 海鮮大焼売 マカロニクレオール 青菜おひたし 三角揚煮	から揚げ 根菜つくねおろし 揚げ出し豆腐 マーボ春雨 キャベツサラダ 納豆	白身一口フライ オムレツデミソース さつま揚 キャベツベーコン炒め 大根豚肉煮 ペンネマトサラダ	甘エビクリームコ ロッケ 豆腐野菜バーグ 大焼売 青菜ゴマ和え ひじき煮 たらこスパ
日	25	26	27	28	29	30
メニュー	アジフライ ハンバーグデミ がんと煮 マカロニコーンサラダ もやし酢物 切干大根煮	シーフードカレー ハムカツ ミートオムレツ 三角豆腐煮 春雨サラダ レンコン金平	炊き込みご飯 サバ味噌煮風 から揚げ ウインナー 野菜炒め ごぼうピリ辛炒め ポテトサラダ	焼肉カルビメンチ 赤魚塩こうじ 大たこ焼 けんちん煮 茄子みそ炒め ペペロンチーニ	チキン竜田揚 目玉焼オムレツ 焼餃子 すき焼き風煮 もやしおひたし メンマ炒め	ハッシュド ビーフコロッケ カップグラタン 揚げ餃子 ウインナー玉子炒め ひじき煮 マカロニカレーサラダ
日						
メニュー						