



2020年10月26日～11月7日 メニュー

10月 26 月	チーズクラッシュ ハムカツ 赤魚味噌焼	マーボー豆腐 切干大根中華炒め煮 ほうれん草ごま和え
27 火	中華春巻 千草焼	大豆のキーマカレー きのこサラダ 大根菜ゴマおかか炒め
28 水	あさりかき揚げ 豚肉味噌焼	チーズちくわ磯辺揚げ 八宝菜 タラモサラダ もやしカレー炒め
29 木	鶏肉ケチャップ焼 もちいなり煮	揚げ出し豆腐 ツナサラダ ちくわオイスター炒め
30 金	カキフライ&白身フライ 親子煮	ほうれん草平焼 五目マーボーマロニー 小松菜ポン酢和え 長芋サラダ
31 土	お・ま・か・せ・メニュー	

11月 2 月	チキンナゲット ミートオムレツ	野菜クリーム煮 豚肉入り味噌きんぴら チンゲン菜ポン酢和え 卵の花サラダ
3 火		
4 水	孀恋キャベツメンチカツ ほっけの塩焼	里芋そぼろ煮 春雨サラダ にんじんグラッセ しいたけ昆布キクラゲ
5 木	おろしハンバーグ もちサクポテト	水餃子香味ソース かぼちゃサラダ たけのこ土佐煮
6 金	とんかつ 海老ステーキ オーロラソース	牛肉大和煮 マカロニサラダ オクラなめこわさび和え さつま芋甘露煮
7 土	お・ま・か・せ・メニュー	

※表示の栄養価には、ライス分は含まれておりません。ライスの栄養価は普通ライスは熱量414kcal、半ライスは302kcalです。国産米を使用しております。仕入れの都合により、一部変更になる事がありますので予めご了承下さい。



★ おすすめメニュー ★
10月
26日(月) **チーズクラッシュハムカツ**

★ おすすめメニュー ★
11月
5日(木) **おろしハンバーグ**

