



メニュー表



1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
冷やしとろろそば 蓮根のきんぴら 三色いなり煮付け 豆腐チャンプルー 味噌汁	さんまの塩焼き 高野の含め煮 水菜の豆板醤和え 冬瓜うま煮 味噌汁	和風ハンバーグ 茄子の生姜煮 きのこ卸し和え ピーマン甘辛炒め 味噌汁	焼肉風 こんにゃく煮付け もやしナムル 若竹煮 味噌汁	赤魚の粕漬け焼き 大根と厚揚げの煮物 春雨の酢の物 南瓜の煮付け 味噌汁	肉じゃが 青梗菜の炒め物 竹輪のからし和え がんも煮 味噌汁
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
料理教室 お好み焼き 	お楽しみメニュー 	豚肉ゴマ味噌炒め ちぎり揚げの煮付け からし菜のお浸し ジャーマンポテト 味噌汁	料理教室 しゃぶしゃぶ 	かに玉あんかけ がんも煮 白菜ゆかり和え カリフラワーのソテー 味噌汁 	八宝菜 ぎょうざ きゃべつの柚子風味和え いんげんと竹輪の味噌煮 味噌汁
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
冷しゃぶ 根菜の味噌煮 えのきの卵とし 茄子の甘辛炒め 味噌汁	鮭の塩焼き サトイモの含め煮 きゅうりの胡麻和え 花形豆腐煮つけ 味噌汁	とんかつ  野菜のマリネ ジャガイモバター醤油炒め 味噌汁	麻婆茄子 筍の中華炒め オクラの酢味噌和え 大豆煮 味噌汁	ぶっかけうどん 冬瓜のそぼろ煮 青梗菜のごま油炒め 白菜とわかめのなめ茸和え 味噌汁	ヒラスの香味焼き 鶏とさつま芋の治部煮 きのこ卸し和え 平天と小松菜の炒め物 味噌汁
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
カレーライス きのこ春菊のサッと煮 もやしいんげんの甘酢和え おさつスナック 味噌汁	チキンロール マカロニソテー 切干大根の煮物 しょうが天の煮物 味噌汁	鯖の塩焼き 三色いなり煮付け 春雨の胡麻和え 茄子とピーマンの挽肉炒め 味噌汁	出張キッチン 天ぷら 	煮込みハンバーグ 筑前煮風 なめこのとろろ和え スナップえんどう炒め 味噌汁	アジの甘酢あんかけ ほうれん草の煮物 キャベツの梅肉和え ぜんまい炒め 味噌汁
29日(月)	30日(火)	『お月見』お月見とは、旧暦8月15日と旧暦9月13日に、行われる月を鑑賞する行事です。 旧暦8月15日の月を「中秋の名月」や「十五夜」と呼び、旧暦9月13日の月を「十三夜」と言います。 旧暦の8月15日と9月13日ですから、現在とは日にちが違って、毎年時期が変わります 2014年のお月見の時期は、 十五夜は9月8日 十三夜は10月6日			
ロールキャベツ 茄子生姜炒め ちくわのおかか和え 金平ごぼう 味噌汁	お楽しみメニュー 				

※メニューは変更になる場合があります