

# 11月第2・3週のメニュー

こうじゅ こんだて  
皇寿の献立

FAX 0567-55-7294

	日	月	火	水	木	金	土
	11/8	11/9	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14
朝	豆と野菜のスープ煮 しょうがポテトサラダ ちくわとピーマンの炒め物	ぶり大根 ふきのきんぴら 里芋の味噌バター煮	さつま揚げの五目煮 ブロッコリーとツナの塩だれ 黒豆	肉団子と枝豆がんもの生姜煮 春菊と切干大根の胡麻和え 白菜とえのきとツナの煮物	キャベツとグリーンピースと厚揚げの塩麹炒め 蒸し鶏のサムジャン和え すりおろし人参マカロニサラダ	鶏と大根と豆の炒め煮 高菜ときのこの油炒め パプリカのマリネ	蒸し鶏とアスパラ生姜焼き炒め マカロニ卵サラダ キャベツのコンソメ煮
昼	マスのちゃんちゃん焼き風煮 いんげんとカニカマの煮物 しめじと菜の花のわさび和え 和風粉ふきいも	豚肉と野菜のうま煮 の カリフラワーのツナマスタード 春雨と白菜の煮物	鶏肉のもろみ味噌煮 ほうれん草と切干大根の梅柚子胡椒 かぼちゃと椎茸の煮物 なすの田舎煮	サバの卵とじ ぜんまいのくるみ和え ツナとキムチの和え物 さつま芋と枝豆のサラダ	豚肉と菜の花のチャンプルー さつま揚げとこんにゃくの煮物 いんげんのごま和え アスパラと鮭味噌和え	牛肉と野菜のデミグラスソース煮 カリフラワーの大葉和え ひじきとおからの煮物 白はんぺんの卵とじ	マスの中華風味噌炒め 麻婆豆腐 焼売 豆もやしのナムル
夕	鶏と大根のはちみつ照焼煮 ほうれん草の梅なめ茸和え 高野豆腐の煮物 うずら卵のだし醤油漬け	牛肉とアスパラの中華炒め 大根とイカの煮物 筍と三つ葉の炒め煮 えび団子のトマト煮	えびカツ 菜の花となめこのお浸し ごぼうと人参のおかか煮 さつま芋の甘煮	鶏肉と厚揚げのチリソース 味噌きんぴら ねぎともやしの油揚げ炒め ちくわの磯辺あげ	鶏肉のマーマレード煮 コキールフライ ギンナンときのこの白和え 春菊のお浸し	サバとニンニクの芽炒め 菜の花とあさりの煮物 カレーオイスタービーフン きゅうりのみょうが和え	鶏肉のもみじ煮 洋風炒り豆腐 ほうれん草の桜えびのお浸し 三色豆
	11/15	11/16	11/17	11/18	11/19	11/20	11/21
朝	ツナじゃが 小松菜海苔和え シラスわかめおろし	豚肉の胡麻味噌野菜炒め キノコわかめ酢の物 にんじんサラダ	蒸し鶏肉味噌もやし 切干大根煮 高野豆腐ほうれん草煮	豚ひき肉ニラ玉豆腐 ツナとれんこん金平 黒豆	厚揚げとオクラのとろ煮 さつまいもの混ぜご飯の素 ひじき煮	チリコンカン カリフラワーマリネ 小松菜ツナサラダ	卵キャベツの白味噌炒め 大根とベーコンの煮物 豆腐ほうれん草とろ煮
昼	キャベツのミートソース煮 温野菜サラダ カリフラワーカレー風味炒め 玉ねぎコーンバター醤油炒め	すき焼き風ハンバーグ ブロッコリーひじき柚子胡椒サラダ オクラとしめじ胡麻和え キャベツもやしのゆかり和え	野菜とつくねの炊き合わせ 揚げ茄子ねぎ味噌煮 わかめ赤玉ねぎシラス和え ぜんまい田舎煮	さば味噌煮 彩りごぼうサラダ ほうれん草卵ナムル 里芋胡麻和え	油淋鶏 切干中華サラダ キャベツ春雨中華あん なめ茸おろし	メンチカツ 鶏の治部煮風 ひじき菜の花胡麻和え マカロニサラダ	牛しぐれ煮 ひよこ豆のマッシュサラダ 南瓜おかか煮 パプリカとキノコマリネ
夕	チキン甘酢照焼 和風ポトフ 卵の花 柚子白菜漬け	赤魚フライ 大豆油揚げ煮 菜の花のしょうが和え 紅白なます	海老と厚揚げチリ 大根豚蒟蒻の味噌煮 もやしと豆苗の中華煮 小松菜ザーサイナムル	鶏もも大根うずら煮 明太子ビーフン 春菊とこんにゃくの和え煮 生姜味噌	肉豆腐 白菜カニカマポン酢 玉ねぎ油揚げ卵とじ ブロッコリーねぎ塩かつお和え	大豆入りキーマカレー 若竹煮 春菊柚子胡椒ナムル ふきとちくわのおかか煮	八宝菜 中華もやし卵あんかけ煮 大学芋 菜の花中華風白和え

食材の入荷状況などにより、一部変更となる場合がございます。ご了承ください。