

ランチ
550円

11月献立表

		献立				献立	
1日	火	白身魚の野菜あんかけ 卵の中華スープ 香の物・デザート ごはん		16日	水	鯖の味噌煮 きゅうりと塩昆布の白和 ごはん みそ汁 	
2日	水	バンブークラブ		17日	木	鮭ときのこのしょうゆホイル蒸し かぼちゃサラダ 佃煮 ごはん・みそ汁	
3日	木	豚とキャベツのカレーシ だし巻き卵 ほうれん草とわかめの和え物 ごはん		18日	金	とり天 しめじともやしの炒めもの 香の物 ごはん・みそ汁 	
4日	金	肉みそ丼 わかめときゅうりの酢の物 卵スープ		19日	土	塩鶏じゃが 小松菜めんつゆ和え おかかこんにゃく ごはん・みそ汁 	
5日	土	揚げさんまの香味だれ キャベツのゆかり浸し ごはん みそ汁 		22日	火	サバの黒酢炒め 青菜のごま和え 香の物 ごはん・みそ汁 	
8日	火	豆腐ハンバーグ キャベツと揚げの豆板醤炒め 人参の和風マリネ ごはん・みそ汁		23日	水	きのこハンバーグ フライドポテトとサラダを 添えて ごはん・みそ汁	
9日	水	カレーうどん 温奴 ゼリー 		24日	木	えのきとコーンのつくね ポテトサラダ ブロッコリーのナムル ごはん・みそ汁	
10日	木	黒ゴマとり天 しめじとブロッコリーの和え物 さつまいもの甘煮 ごはん・みそ汁		25日	金	たらのきのこあんかけ 豚汁 ごはん コーヒーゼリー 	
11日	金	豆腐ハンバーグ サラダ さつまいもと小豆のいところ煮 ごはん・みそ汁		26日	土	キムチ肉豆腐 青菜のおひたし 香の物 ごはん・みそ汁	
12日	土	味噌ひじきつくね 長芋ときゅうりのサラダ 切り干しトマト煮 ごはん・みそ汁		29日	火	鶏と大根のトマト煮 水菜と豆腐のサラダ 佃煮 ごはん・みそ汁	
15日	火	八宝菜 ちくわの磯部揚げ かぼちゃサラダ ごはん・わかめスープ		30日	水	大根と豚バラ肉炊き 温奴 ごはん みそ汁	



地元松本産の玄米を使用

仕入れの都合により食材の変更があります。
店内にメニュー表がありますのでお持ち帰りください

全品材料から手作りして
います(香物のぞく)

