



# 11月献立表



ランチ  
550円

お味噌は無農薬特製手作りみそ使

		献立			
1日	水	 バンブークラブ	16日	木	豚しょうが丼 チンゲン菜ナムル もやしスープ
2日	木	さんまのトマト煮 ポテトサラダ 佃煮 ごはん・みそ汁	17日	金	ハムと高野豆腐のはさみ揚げ ニラともやしの炒めもの 香の物 ごはん・みそ汁 
3日	金	休み	18日	土	鶏と大根のトマト煮込み 白菜と海苔のサラダ 佃煮 ごはん・みそ汁
4日	土	休み 	21日	火	大根と豚こまのオイスター煮 ほうれん草のごま和え 人参サラダ ごはん・みそ汁
7日	火	やわらか酢豚 わかめスープ ごはん デザート	22日	水	親子丼 豆腐の田楽 みそ汁
8日	水	ちらし寿司 豆腐・わかめの味噌汁	23日	木	しめじのカレー もやしときゅうりのサラダ コーヒーゼリー
9日	木	塩鶏じゃが ほうれん草塩昆布和え 香の物  ごはん・みそ汁	24日	金	中華丼 もやしのマリネ わかめスープ 杏仁豆腐
10日	金	鶏肉と玉ねぎのマーマレード煮 ピーマン焼びたし オニオンスープ ごはん	25日	土	から揚げ香味だれ 里芋白煮 小松菜ごま味噌和え ごはん・みそ汁 
11日	土	鮭の焼きびたし 小松菜ごま塩炒め きのこわかめの梅おかか ごはん・みそ汁	28日	火	サバの煮つけ 高野豆腐の卵とじ 香の物 ごはん・みそ汁
14日	火	チキン南蛮 香の物  ごはん・みそ汁	29日	水	サバの味噌煮 青菜のおひたし ごはん・みそ汁 
15日	水	ゆば丼 鶏のから揚げ さつまいもレモン煮 みそ汁	30日	木	豚キャベツカレー鍋 ブロッコリーの白和え ごはん フルーツ



この日は、玄米ご飯です。

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)