

# さんえす 11月献立予定表(夕)

日	月	火	水	木	金	土
		1 スペイン風オムレット <small>あさりとキャベツのクリームシチュー風</small>	2 チキンとポテトの味噌だれ ラタトゥイユ	3 肉野菜炒め 四色豆腐	4 鶏団子のみぞれ煮 野菜のごま味噌煮	5 タラの中華風味味噌だれ じゃがいものそぼろあんかけ
6 マスのクリームソース <small>茄子とベーコンの塩炒め</small>	7 鶏ごぼう巻き照焼 <small>茄子とオクラのトマトソース煮</small>	8 カレーの甘酢あん ビーフン炒め	9 豚肉とアスパラの豆鼓炒め 筍と玉子の中華風炒め	10 鶏肉の黒酢炒め <small>あさりとじゃが芋のクリーム煮</small>	11 厚揚げの醤油あんかけ 肉シューマイ	12 野菜とたまごよせきのこ醤油あんかけ 茄子とこんにゃくの煮浸し
13 唐揚げ チリ豆腐	14 ぶり大根 豆腐と春雨の旨煮	15 ヒレカツの玉子とじ がんもの含め煮	16 タラとわかめのあごだし煮 野菜の柚子胡椒炒め	17 さばの塩焼き ニラと豚肉の味噌炒め	18 真鯛入りつみれの胡麻柚子あん 大根と人参のそぼろ煮	19 3色豆入りトマトキーマカレー 厚揚げの五目あんかけ
20 中華風かに玉 <small>チンゲン菜と筍の炒め物</small>	21 真鯛入りつみれの玉子あんかけ 豆腐の和風煮	22 里芋団子と野菜の旨煮 カレー風味ソテー	23 牛肉と小松菜の炒め物 ハムと玉葱の玉子とじ	24 ささみチーズフライ ポークビーンズ	25 牛肉とポテトのガリバターソース 人参と玉子の炊き合わせ	26 牛蒡と牛肉のカレークリーム 味噌田楽
27 肉じゃが 枝豆シューマイ	28 マスの塩焼き じゃがいもと椎茸の煮物	29 豚肉と白いんげん豆のトマト煮 筍と鶏肉のクリーム煮	30 イタリアンオムレット 温野菜			

※献立予定は予告なく変更させて頂くことがございます