



日	月	火	水	木	金	土
						1 厚揚げの煮物 海老の和風玉子とじ
2 豆腐ハンバーグ おろしポン酢 田舎煮	3 大根と鶏肉の旨煮 四色豆腐	4 【新】さわらの塩焼き 豆乳がんもの含め煮	5 肉じゃが 野菜の柚子胡椒炒め	6 【新】ぶりの みりん醤油焼き 切り昆布と油揚げの煮物	7 豚カツの玉子とじ 豆腐と春雨の旨煮	8 豚肉と野菜の オイスター炒め チリ豆腐
9 親子煮 はんぺんと野菜の田舎煮	10 タラとわかめの あごだし煮 あさりとほうれん草の玉子とじ	11 ハンバーグ トマトソース じゃが芋のクリーム煮	12 【新】いわしの生姜煮 がんとインゲンの煮物	13 唐揚げ がんもの含め煮	14 あさりの中華丼 厚焼き玉子	15 イタリアンオムレツ あさりとじゃが芋のピリ辛醤油仕立て
16 ハンバーグ きのこデミソース 温野菜	17 【新】にしんの蒲焼 ちくわの煮物	18 マスの塩焼き 筍と鶏肉のクリーム煮	19 豆腐と魚のハンバーグ 生姜野菜あん 田舎煮	20 チキン竜田 甘酢ソース 牛肉入り野菜の甘辛煮	21 【新】ぶりの煮つけ 大豆ミートと小松菜炒め	22 牛肉とポテトの ガリバターソース ハムと玉葱の玉子とじ
23 中華風かに玉 カレー風味ソテー	24 牛肉と小松菜の炒め物 麻婆春雨	25 【新】さばの煮つけ 高野豆腐の野菜あんかけ	26 【新】鶏肉の カシューナッツ炒め ベーコンと野菜の炒め煮	27 【新】赤魚の照り煮 炊き合わせ	28 【新】トマトソースの ロールキャベツ ウィンナー	29 豚肉と白いんげん豆の トマト煮 味噌田楽
30 鶏肉ときのこの レモンクリーム あさりと野菜の炒め煮						

※献立予定は予告なく変更させて頂く場合がございます