

さんえす 11月献立予定表(夕)



日	月	火	水	木	金	土
						1 プルコギ 海老入りビーフン
2 メバルのごま味噌焼き 野菜と麩の含め煮	3 牛肉の甘辛 キャベツと薄揚げの煮浸し	4 アジの甘露煮 蒸し鶏と青梗菜の炒め	5 鶏つくねと大根の煮物 豆の煮物	6 赤魚麩焼き 里芋のそぼろ餡	7 ロールキャベツ 大根とルッコラのサラダ	8 いわしの梅煮 カリフラワーの豆乳クリーム和え
9 ホイコーロー ブロッコリーと木耳のネギ塩炒め	10 さばの塩焼き じゃが芋のそぼろ餡かけ	11 豚肉と豆腐の スタミナ炒め 中華風春雨	12 ほっけの塩麩焼き がんもどきの含め煮	13 だしおでん チンゲン菜と豚肉の炒め	14 天然ブリの照焼 インゲンと人参のソテー	15 豚肉しぐれ煮 餡かけがんもどき
16 アジの塩焼き 四色豆腐	17 すき焼き 南瓜そぼろあん	18 いわしの山椒煮 人参とわかめの土佐煮	19 やわらか豚の生姜焼き さつまいもとこんぶの煮物	20 赤魚の酒蒸し レバニラ炒め	21 五目旨煮 ブロッコリーのカニカマ餡かけ	22 さばのみぞれ煮 南瓜の含め煮
23 厚揚げの醤油炒め カリフラワーのマスタード和え	24 アジの南蛮漬け 野沢菜炒め	25 冬瓜と鶏肉の煮物 コロッケ	26 にしんの蒲焼き 青菜と豆腐のとろみ煮	27 チーズ入りチキンカツ 切干大根とベーコンのスープ煮	28 にしんの生姜煮 炊き合わせ	29 麻婆茄子 しゅうまい
30 タラの煮物 さつま芋のそぼろ煮						

※献立予定は予告なく変更させて頂く場合がございます