

10月		仕出しおがわ献立表(昼)	(シルバー弁当濃い緑色のおかず)			
		レディース弁当	お手頃弁当(黄色の所)	サービス弁当	特選弁当	上特選弁当
1	水	・カリフラワーと貝割れの カレーマリネ ・梨	・黒はんぺんフライ ・ソース焼きそば	・アスパラコーンサラダ ・ひじきと大豆の煮物	・かんも煮	・きのこカニカマ卵とじ
2	木	・わかめときゅうりツナサラダ ・手作り黒糖かん	・手作りメンチカツ ・ナポリタン	・ごぼうとニラの中華サラダ ・治部煮	・茄子ときゅうりの 塩もみサラダ	・豆腐ステーキ
3	金	・小エビと枝豆コーンサラダ ・なつめの烏龍茶煮	・唐揚げ ・ナンプラー入ビーフン炒め	・玉ねぎと水菜のサラダ ・ポークカレー	・フライドポテト	・オクラとトマトのサラダ
4	土	・韓国風サラダ ・生パイン	・ハンバーグホワイトソース ・茄子のしょうが炒め	・スパ Mayo サラダ ・麻婆春雨	・揚げ春巻き	・さつま芋と竹輪の煮物
5	日	休み				
6	月	・トマトバジリコサラダ ・ブルー	・とんかつ ・小松菜のおひたし	・いんげんとチーズのサラダ ・金沢カレー	・煮切こんにゃく	・だし巻き卵
7	火	・スライスアーモンド入サラダ ・りんご	・チキンチーズフライ ・うずら豆	・ほうれん草えのきのサラダ ・もつのしょうゆ煮	・大根と塩昆布の 和え物	・ミックスきのここと ベーコンの炒め物
8	水	・ツナ入り玉ねぎサラダ ・キウイ	・豚の唐揚げ ・焼きうどん	・マカロニニサラダ ・麻婆茄子	・ミックスベジタブル	・さつま芋レーズン サラダ
9	木	・ブロッコリーとミニトマト ・手作り牛乳かん	・いかの天ぷら ・ジャーマンポテト	・いんげんとコーンのサラダ ・酢豚	・焼豚入り野菜サラダ	・野菜のかき揚げ
10	金	・スティックサラダ ・らっきょう入タルタルソース ・ライチ	・ウィンナーとうずら卵フライ ・れんこんのきんぴら	・シーザーサラダ ・ビーフシチュー	・豚肉入りもやし 中華炒め	・エビチリソース
11	土	・揚げ雑穀のせ野菜サラダ ・白玉あずき	・ホキフライ ・豆腐のチャンプルー	・水菜ときゅうりゆかりサラダ ・おでん	・大学芋	・ささみ山菜サラダ
12	日	休み				
13	月	体育の日	給食弁当(昼・夕)お休みさせていただきます。仕出し料理のご注文は、正午配送まで承ります。			
14	火	・レタスセロリりんごの セパドレサラダ ・桃缶	・鶏の青海苔天ぷら ・パスタミートソース	・小松菜としめじのサラダ ・大根と厚揚げの煮物	・茄子ときゅうり人参 塩麹和え	・うどんの肉味噌あんかけ サラダ
15	水	・いんげんと玉ねぎの 黒ごまサラダ ・オレンジ	・味噌カツ ・ニンニクの芽ベーコン炒め	・緑豆春雨サラダ ・豆腐と野菜のけんちん煮	・キャベツとりんご フェネルサラダ	・椎茸と長ねぎ バターポン酢味
16	木	・トマトときゅうりの くるみドレッシングサラダ ・手作り豆乳かん	・ささみの唐揚げ ・メンマと豚肉炒め物	・イタリアンサラダ ・切り干し大根煮	・さつま芋のレモン煮	・えのきと三つ葉酢味噌味
17	金	・小松菜と納豆チーズのサラダ ・アロエフルーツ	・ニラ入り肉団子 ・茄子の味噌炒め	・ひじきと玉ねぎコーンサラダ ・筑前煮	・ごぼうきんぴらと レタスのサラダ	・大根水菜ツナサラダ
18	土	・三色ナムル(もやし・人参 ほうれん草) ・グレープフルーツ	・フランクフルトカレー天ぷら ・じゃがいも、茄子、ピーマン はちみつバルサミコ酢和え	・オクラと蓮根梅マヨサラダ ・すき焼き	・大豆の五目煮	・煮卵
19	日	休み				
20	月	・お魚ソーセージ入りサラダ ・杏仁フルーツ	・竹輪のフライ ・海鮮入トマトパスタ	・バンバンジーサラダ ・おから	・団子入り白菜煮	・厚揚げのマスタード焼き
21	火	・かぼちゃレーズンサラダ ・りんご	・豚肉ごまフライ ・ツナ入ビーフン炒め	・ひじきと切干大根のサラダ ・親子煮	・きのこの和風サラダ	・茄子とトマトの中華サラダ
22	水	・ミモザサラダ ・あんずのシロップ漬け	・つくね甘辛タレ ・野菜炒め	・わかめ豆腐チーズのサラダ ・八宝菜	・玉ねぎといかの マリネ	・キャベツとジャコの 酢の物
23	木	・大豆と豚肉のチリコンカン ・白玉フルーツ	・キスの天ぷら ・チンジャオロース	・マカロニ水菜ツナマヨサラダ ・冬瓜と鶏肉煮	・揚げ餃子	・ハムの赤ワインマリネ
24	金	・オクラとしらすのサラダ ・フルーツミニゼリー	・ささみピーナッツフライ ・ブロッコリーと蓮根の炒め物	・海鮮入レモンドレサラダ ・グラムチャウダー	・コーンバター炒め	・レバーステーキ
25	土	・レタスときゅうり海苔サラダ ・手作りあずきかん	・ヒレカツ ・秋野菜と豚そぼろ炒め	・カレー味のポテトサラダ ・長崎チャーメン	・大根と貝割れ おかかかけ	・ちくわの立田揚げ
26	日	休み				
27	月	・大根ときのご海藻梅サラダ ・オレンジ	・青海苔とんかつ ・いんげんとしらたきのきんぴら	・わかめときゅうり、 さしみこんにゃく入酢味噌味 ・白菜と黒はんぺんの卵とじ	・ごぼうの味噌煮	・茄子と小柱のチリソース
28	火	・白菜とツナ、 ナンプラーサラダ ・さんざし	・ハムフライ ・鶏のローズマリー焼き	・青菜のおひたし ・チキンカレー	・スクランブルエッグ	・豚しゃぶサラダ
29	水	・レッドキャベツ、チーズ入り コールスローサラダ ・ナタデココあずき	・いかフライ ・鯖の味噌煮	・さつま芋とごぼうの根菜サラダ ・酢鶏	・マロニーの酢の物	・ゆで卵 岩塩かけ
30	木	・おかからポテトの ポテラサラダ ・キウイ	・鶏の黒胡椒焼き ・さつまときこの甘酢炒め	・青菜とカニカマ青じそサラダ ・麻婆豆腐	・ぜんまい入 韓国風サラダ	・豚の角煮
31	金	・いんげんときのご 生姜サラダ ・生パイン	・チーズ入りメンチカツ ・鰯の塩焼き	・大根と人参ジャコサラダ ・筑前煮	・わかめとなめこ きゅうりのサラダ	・チキンナゲット 

おがわ弁当をご利用いただき、誠にありがとうございます。日の当たらない所に置き午後2時頃までにはお召し上がり下さい。

仕出し料理・給食(昼・夕)・冷凍惣菜・富士市「食」の自立支援事業所 株式会社 仕出しおがわ

417-0001 富士市今泉2527-2

Tel0545-52-3621 Fax0545-52-3628 <https://www.fuji-sidasi.com>



秋の冷凍惣菜11月末まで
しろくま弁当

