11月 仕出しおかわ献立表(昼)

		レディース弁当	お手頃弁当(ベージュ色の箱)	サービス弁当	特選弁当 (シルバー弁当濃い緑色のおかず)	上特選弁当
1	土	・ブロッコリーとトマトのサラダ ・ミニゼリー	・コロッケ ・スパゲッティ水菜サラダ	・チンジャオロース ・大豆五目煮	・チキンナゲット	・ニラ玉
2	日			休み		
3	月	文化の日	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。			
4	火	・白菜とアボカド、海藻げ、 海苔のサラダ ・フルーツミックス三昧	・チキン味噌カツ ・レタスとオクラの梅サラダ	・筑子とピーマン味噌炒め ・洋風おでん	・シラススわかめと レタスきゅうりの サラダ	・花めかぶと竹輪の 和え物
5	水	・さつま芋と蓮根の すりごま入マヨサラダ ・南仁フルーツ	・いかの天ぷら ・キャベツと炒めきのこ、 ダイスチーズ入サラダ	・紅白きんぴら ・八宝菜	・ツナ入 スクランブルエッグ	・笹かまぼこ入 水菜サラダ
6	木	・水菜と玉ねぎ、柿、チーズ入 サラダ ・キウィ	・キスフライ ・かぼちゃと煎りアーモンド スライスのサラダ	・スパゲッティミートソース ・ごぼうと牛肉の甘辛煮	・蒸しシューマイ	・こんにゃく味噌田楽
7	金	・キャベツときゅうりコーンの サラダ ・ナタデココフルーツ	・きんぴら入ハンバーグ ・白菜人参りんごのサラダ	・マロニーとツナの炒め物 ・炒り豆腐 (鶏ひき肉・野菜etc.)	・野菜の塩麹和え (大根・人参・筑子 きゅうり)	・海老チリソース
8	土	・水菜とバター炒めきのこの 秋のサラダ ・手作り牛乳かん	・鶏柚庵寄焼き ・いんげんとコーンごまサラダ	・もやしと豚肉の中華炒め ・いか入大根煮	・フライドポテト	・大根きゅうり人参ツナ サラダ
9	日			休み		
10	月	・キャベツと人参、塩昆布、 炒りくるみの和風サラダ ・オレンジ	・豚の唐揚げ ・春雨とわかめ、カニカマ サラダ	・小松菜ときのこ豚肉炒め ・白菜ときのこの卵とじ	・里芋の青っこころがし	・小エビと三つ葉の ごましょうゆ炒め
11	火	・冬瓜と春雨人参きゅうりの 中華サラダ ・さんざし	・鶏もも青のりごましょうゆ焼 ・さつまと蓮根のサラダ	・豚のしょうゆ煮 ・白菜と鶏肉の卵とじ	・ブロッコリーと トマトのチーズ焼き	・さしみこんにゃく 柚子味噌かけ
12	水	・筑子と蓮根、きのこ揚げの ポン酢かけ ・ライチ	・メンチカツ ・切干大根とニラのナムル	・キャベツとベーコンコンソメ味パスタ ・ビーフシチュー	・グリーンアスパラと 塩昆布の和え物	・カリフラワーの きんぴら
13	木	・フライドポテトと筑子・しめじ ツナサラダ ・生パイン	・ささみの天ぷら ・ひじきと玉ねぎツナサラダ	・ソース焼きそば ・大豆と豚肉のチリソース煮	・ブロッコリーと アボカドのサラダ	・かぼちゃの天ぷら
14	金	・かぼちゃとおからパウダー シナモンの香りのサラダ ・プルーン	・ヒレカツ ・ナンプラーの香り ベトナム風サラダ	・青梗菜と油揚げの炒め物 ・シーフードカレー	・豆腐と貝割れ、 カニカマの和え物	・きのことベーコンの 炒め物
15	土	・小エビと根豆の おろし甘酢和え ・白玉あずき	・フランクフルトのフライ ・ささみ入ほうれん草の マヨしょうゆサラダ	・マカロニきのこケチャップ炒め ・すき焼き	・竹輪の青のり天ぷら	・煮卵
16	日			休み		
17	月	・大根と水菜のダシわさび味 ・なつめ	・つくね揚げのケチャップ煮 ・レタスと豆豆のサラダ	・キャベツとネギ豚バラ炒め ・チャーメン野菜あんかけ	・鶏肉と筑子の 甘酢だれ	・里芋のバターしょうゆ 青のりかけ
18	火	・水菜とカリカリ油揚げサラダ ・手作り豆乳かん	・鯖の立田揚げ ・もやしとほうれん草のサラダ	・さつまのレモン煮 ・マカロニグラタン	・焼きギョーザ	・豚の角煮
19	水	・ブロッコリーとツナのサラダ ・りんご	・ハンバーグトマトソース ・レタスときゅうり、 アボカド入韓国風サラダ	・小松菜のおひたし ・豆腐入けんちん煮	・ポテトフライ 甘味噌味	・わかめとなめこ、 大根の和え物
20	木	・かぼちゃとレーズン、 塩麹、甘酒のサラダ ・黄桃缶	・ほんべんフライ ・レタスと人参の 味噌ドレサラダ	・揚ポテトとコーン玉ねぎ炒め ・いんげんと豚肉味噌炒め	・ミクスベジタブル入 スクランブルエッグ	・ニラレバ炒め
21	金	・いか入オクラの梅サラダ ・オレンジ	・ゆで卵のベーコン巻きフライ ・洋風入ひじき玉ねぎサラダ	・めんまと豚ひき肉炒め物 ・和風おでん	・大学芋	・酢の物
22	土	・フルーツヨーグルトサラダ ・あんずのシロップ漬け	・ささみ青のり天ぷら ・マカロニマッシュサラダ	・ほうれん草入白和え ・麻婆春雨筑子	・カラフルピーマンの きんぴら	・ベビーホタテとエビの マリネ
23	日			休み		
24	月	勤労感謝の日	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。			
25	火	・ソーセージの ゆでキャベツの酢漬け添え ・みかん	・うずらの卵と筑子のフライ ・サワラの西京焼き	・ほうれん草と豚肉ごま炒め ・肉じゃが	・もやしと焼げちの めんつゆマヨ和え	・ピーナッツ入 紅白なます
26	水	・里芋と蓮根、豚ひき肉入り カレー炒め ・グレープフルーツ	・ホキフライ ・いんげんとコーンサラダ	・豚バラ野菜入りピーマン炒め ・冬瓜と揚げ出の煮物	・カニカマ入 スクランブルエッグ	・セロリときゅうり ハムの香ワインマリネ
27	木	・白はんぺんと さしみこんにゃくのサラダ	・鶏の南蛮漬け ・ごぼうときのこチーズサラダ	・うずら豆 ・筑子こんにゃく、人参、鶏肉 煮物	・ニンニクの芽 ベーコン炒め	・スティック野菜 金山寺味噌添え
28	金	・いんげんときゅうり、 刻み生姜入和風サラダ	・トンカツ ・コーン入コールスローサラダ	・もやしと人参豚肉炒め ・金沢カレー	・カリフラワーと根豆 小エビのサラダ	・筑子のごま油炒め 卵とじ
29	土	・玉ねぎとツナのチーズ焼き ・手作り赤ワインかん	・筑子のハムはさみフライ ・グリーン・グリーンサラダ (サニーレタス・プリーツレタス・・・)	・鶏肉 ・おから煮	・青梗菜のナムル	・揚げさつま芋の グラニュー糖まぶし
30	日			休み		

おかわ弁当をご利用いただき、誠にありがとうございます。午後2時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 仕出しおかわ
417-0001 富士市今泉2527-2 Tel0545-52-3621 Fax0545-52-3628 https://www.fuji-sidasi.com

冷凍惣菜 しろくま弁当
9月～11月
秋の献立