



10月献立表



金曜日はふりかけ
サービス!

| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 |
|---|--|--|--|--|
| 2日 デミハンバーグ・目玉焼き ぜんまい煮物 青菜胡麻和え カニサラダ 生姜甘辛煮 | 3日 イカフライ・明太スパ 三色野菜いなり煮物 ナムル きのこもやしの炒め ピリ辛レンコン | 4日 鳥チーズ巻き揚げ・肉団子 麻婆春雨 きのこ祭り キャベツとソーセージ炒め 梅ザーサイ | 5日 カレーコロッケ・シュウマイ 切り干し大根 ひき肉ともやしの炒め物 きんぴらごぼう 竹の子サラダ | 6日 串かつ・厚焼き玉子 ドライカレー 野菜ツナサラダ 厚揚げとピーマン炒め コリコリキムチ |
| 9日 おまかせメニュー (体育の日) | 10日 白身魚竜田揚げ・ゲソから揚げ 茄子と豚肉味噌炒め ひとくち巾着 にら玉 マカロニサラダ | 11日 アジフライ・ナポリタン 五目ひじき いかのチリソース煮 越前卵巻き 塩だれきのこ | 12日 エビ天ぷら・さつま天ぷら がんもどき煮物 もやしとソーセージ炒め きゅうりとカニカマ酢の物 きんぴらごぼう | 13日 揚げ餃子・からあげ 切り昆布煮物 インゲンと鶏そぼろ和え 豚肉と卵炒め コリコリキムチ |
| 16日 野菜コロッケ・ごぼうフリッター 豚井 しめじとハムの炒め物 信田巻き煮物 わかめ酢の物 | 17日 かぼちゃの天ぷら・ウィンナー 鶏の照り焼き 切り干し大根 スパサラダ しそ昆布 | 18日 ハムカツ・焼うどん 肉じゃが 青菜としらすのあえ物 春雨サラダ ピリ辛こんにゃく | 19日 春巻き・メンチカツ 野菜焼きそば もやしニンニク炒め ひとくちがんも ごぼうサラダ | 20日 エビフライ2本 酢豚 揚げだし豆腐 白菜と油揚げのあえ物 カニ風味サラダ |
| 23日 ヒレカツ・シュウマイ 高野サンド煮物 イカともやしピリ辛炒め物 わかめサラダ からし高菜 | 24日 野菜春巻き・ピーマン天ぷら マカロニサラダ バンバンジー 肉団子 たまごロール | 25日 エビカツ・焼そば エビチリソース 青菜胡麻和え カップグラタン 白菜キムチ | 26日 イカフライ・じゃが丸チーズ かに玉あんかけ 大根ツナサラダ 青菜とベーコン炒め たたきごぼう | 27日 白身フライ・ミートオムレツ ぜんまい煮物 つくね照り焼き かぼちゃのあんかけ 花甘昆布 |
| 30日 コーンコロッケ・ポテトフライ 牛丼 キャベツのお浸し 三色野菜巻き煮物 山菜五色煮 | 31日 ミニハンバーグ・オニオンリング チキンカレー もやしとメンマピリ辛炒め 里芋とこんにゃくの煮物 福神漬 | | | |

食材の内容に変更がある場合があります。当日のお弁当は午後一時までに召し上がるようにお願いします。

土曜日・祝日はおまかせメニューとなります。

日曜日は定休日となりますのでよろしくお願いいたします。

にこにこ家 電話 0287-63-1444 FAX 0287-64-2444