

11月 予 定 献 立 表

西洋フード・エパスクール株式会社

		朝食 〔食パン・ロールパン・白米・味噌汁・ふりかけ・漬物・コーンスローを含みます〕	昼食	夕食（AかB選択 ,コーンスローを含みます）		
				A	B	小鉢
1	金	もやしの卵炒め/蒸し鶏とキャベツの醤油和え	きつねうどん/五目きんぴら/混ぜご飯	ビックメンチカツ 粒マスタードソース	水餃子の五目あん	アジアン風ほくほくポテト
2	土	五目炒り豆腐/蓮根の梅和え	和風豚焼肉/切干とごぼうのマヨぼん和え	柔らか照り煮チキン	豚肉と野菜のしゃぶしゃぶ風	白身魚のフライ
3	日	ほうれん草とマカロニのクリーム煮/キャベツの塩昆布和え	ハンバーグシチュー/玉葱のサラダ	かつ煮	肉じゃが	小松菜とコーンのジャコ和え
4	月	白菜とベーコンの炒め/わかめとしめじの煮浸し	グリルチキン ベーコンオニオンソース/青じそスパゲッティ	豚キムチ炒め	桜海老とジャコの揚げ出し豆腐	ごぼうサラダ
5	火	オムレツ/粉ふき芋/納豆	牛丼/小松菜のゆず和え	豚肉野菜巻きフライと玉子フライ	筑前煮	絹サヤの中華和え
6	水	●朝食バイキング●	ポークカレー/マカロニサラダ	秋刀魚の塩焼き	鯖の味噌煮	わかめときゅうりの酢の物
7	木	ミートボール/小松菜のお浸し	味噌ラーメン/シュウマイ	ハンバーグ 照り焼きソース	煮込みハンバーグ	ハムとブロッコリーのマヨ和え
8	金	大根のそぼろあん/おくらのごま和え	豚の生姜焼き丼/ミートコロケ	ササミマヨカツ	レバニラ炒め	ほうれん草のおかか和え
9	土	ウインナー/スパゲッティサラダ	国領祭の為 昼食提供なし	野菜炒め	肉豆腐	照り焼きチキンサラダ
10	日	春雨ともやしの炒めもの/ごぼうのピリ辛和え	国領祭の為 昼食提供なし	鶏天	豚肉のクリーム煮	おくらと三つ葉のわさび醤油和え
11	月	ミニハンバーグ/竹輪とキャベツの味噌マヨ和え	麻婆豆腐飯/パンサンスウ（中華和え物）	チキンの香草パン粉焼き	五目田舎煮	青菜と玉葱の炒め
12	火	高野豆腐の卵とじ/大根の梅和え/納豆	わかめうどん/竹輪の磯部揚げ/混ぜご飯	きんぴら焼肉	おでん	レンコンサラダ
13	水	ジャーマンポテト/わかめともやしのごま塩和え	●昼特●鶏唐マヨ温玉丼/ハムとチーズのサラダ/スープ/デザート	鯖の塩焼き	カレイの煮付け	かぼちゃのそぼろ煮
14	木	切干大根煮/揚げジャコとキャベツのお浸し	ハヤシライス/フルーツヨーグルト	回鍋肉	かに玉	揚げ餃子
15	金	厚焼き玉子/粉ふき芋	豚キムチ丼/玉子豆腐	ハンバーグ デミグラスソース	和風ハンバーグ	アボカドサラダ
16	土	ウインナー/おくらおろし	とんかつ/人参とキャベツのごま和え	豚肉の粗挽きペッパー焼き	豚肉と厚揚げの煮物	カレー焼きうどん

夕食のメイン（A、B）どちらかが売り切れる場合があります。あらかじめご了承ください。

11月 予 定 献 立 表

西洋フード・エバスクール株式会社

		朝食 〔食パン・ロールパン・白米・味噌汁・ふりかけ・漬物・コールスローを含みます〕	昼食	夕食（AかB選択 ,コールスローを含みます）		
				A	B	小鉢
17	日	豚挽き肉とインゲンの味噌炒め/メンマの中華和え	牛肉の柳川煮/海藻サラダ	チキンピカタ トマトソース	鶏肉と茄子の野菜甘酢煮	竹の子とわかめの卵とじ
18	月	ほうれん草とベーコンのソテー/和風マカロニ	塩ラーメン/春巻	グラタンコロッケ	鶏すき煮豆腐	白菜のお浸し
19	火	ミートボール/小松菜のピーナッツ和え/納豆	叉焼炒飯/いかゲソ唐揚げ/バナナ	●夕特●ビーフストロガノフ/パン/卵とレタスのサラダ/デザート		
20	水	たまねぎの卵とじ/れんこんの明太子和え	ビーフカレー/コーンサラダ	豚の生姜焼き	いかの中華天ぷら薬味ソース	大根と人参のマヨサラダ
21	木	きんぴらごぼう/おくらのお浸し	チキンソースカツ丼/小松菜の白和え	鱈の塩麴フリット	鯖の生姜煮	香味野菜の青じそ風味
22	金	オムレツ/ハムともやしの豆板醤和え	玉子丼/れんこんの天ぷら	イタリアンハンバーグ	和風ハンバーグ 柚子胡椒おろし	ほうれん草のごま和え
23	土	ひじき煮/白菜のお浸し	大判唐揚げ/コーンとブロッコリーのマヨソース	グリルチキン カレー風味	鶏塩肉じゃが	わかめのツナ炒め
24	日	厚揚げとじゃがいもの韓国風煮/ほうれん草のおかか和え	牛肉の南蛮焼き/五目豆	酢鶏	いわしと野菜の天ぷら	叩ききゅうりのごま塩和え
25	月	ミニハンバーグ/キャベツの塩昆布和え	ブルコギ丼/ごぼうのツナ和え	鶏の唐揚げ	鶏肉と卵の甘辛煮	もやしの中華浸し
26	火	白菜の旨煮/キャベツと叉焼の中華和え/納豆	明太子クリームソース スパゲッティ/ミックスサラダ	八宝菜	揚げ餃子のチリミート	人参とキャベツの和え
27	水	ハム野菜炒め/しらすおろし	チキンカレー/パプリカと大根のピクルス	白身魚のマヨネーズ焼き	鱈と豆腐の水炊き	串カツ
28	木	ジャーマンポテト/野菜と油揚げのごま和え	かつ丼/冷奴	デミタマハンバーグ	鶏つくねの甘辛煮	ごぼうのピリ辛和え
29	金	厚焼き玉子/ひじきのごまサラダ	たぬきうどん/かぼちゃの含め煮/混ぜご飯	ポーク焼肉とデミグラスコロッケ	肉団子と根菜の黒酢あん	春雨の中華和え
30	土	れんこんの鶏そぼろあん/もやしの赤じそ和え	アジフライ/ポテトサラダ	バーベキューチキン	豚バラと豆腐のトマト煮込み	ブロッコリーガーリック和え

夕食のメイン（A、B）どちらかが売り切れる場合があります。あらかじめご了承ください。