

【9月】小町大献立表

★★ おかずの特徴をご紹介 ★★

- 皆様に飽きがこないよう、おかずの種類を数百種以上取りそろえています。
- 全てのおかずが熟練した調理員の手作りです。
- 100%国内工場出荷ですので、安心・安全です。



	昼食	夕食	昼食	夕食
9月	コロッケ	若鶏の利休焼き	ハンバーグデミグラスソース	豚肉の甘辛炒め
1日	柚子風味サラダ	厚揚げの煮物	ニンニクの芽とこんにゃくの味噌炒め	さつまいもサラダ
金	豚肉とこんにゃく炒め	ハムと玉葱の玉子とじ	あさり野菜の炒め煮	鶏団子と牛蒡の中華あんかけ
	ほうれん草の辛子和え	しとり卵の花	枝豆の白和え	切り昆布とさつま揚げの煮もの
9月	豚肉とキャベツのにんにく味噌炒め	洋風ロールキャベツ(トマトソース)	えび入りカツ	白菜と豚肉のうま煮
2日	マカロニのペペロン風	大学芋	温野菜サラダ	彩りしんじょう
土	あざりと玉葱の酒蒸し	燻チャンプルー	肉じゃがカレー風味	鶏大豆の和風トマト煮
	三色彩り漬け(大根・野沢菜・人参)	昆布のごま風味	はんべんの玉子とじ	三色炒め煮
9月	ホッケのみりん焼き	鶏団子の酢豚風	豚肉のマヨネーズ風炒め	サワラの煮付け
3日	インゲンときのこの生姜風味	芋餡かけ	ブロッコリーとカニカマのたまごサラダ	里芋とこんにゃくの味噌煮
日	野菜入り外マトビーンズ	四色豆腐	イカと大根の炒め煮	ビーフン炒め
	きくらげの酢の物	ほうれん草の柚子和え	わかめと水くわいの酢の物	きのこことちくわの和風ソテー
9月	豚しゃぶ	肉豆腐	あさりの深川煮(井)	油淋鶏
1日	ジャガ芋のスパイス蒸し	和風りぼんバスタ	ふろふき大根	シェルマカロニのペペロン風
1日	キャベツと鶏肉の華風炒め	貝と青菜の刻み炒め	紅生姜	がんもの含め煮
月	ワカメの土佐酢和え	コンニャクの中華和え		四色なます
9月	豚肉と彩り野菜の柚子風味	鮭の味噌幽庵焼き	豚肉と白いんげんのトマト煮	牛蒡と牛肉のカレーマヨネーズ風
5日	コーン春雨サラダ	油揚げの玉子炒め	濃厚ポテトサラダ	キャベツとツナのレモン和え
火	チキンクリームシチュー	きのこのすき焼き風	茄子と厚揚げの照り炒め	チーズオムレツ
	ひじき煮	小松菜と玉葱のソナ和え	もやしとザーサイ炒め	オクラと昆布のたくあんちらし
9月	牛肉とエリンギの玉子炒め	チキンステーキ(醤油)	イカとブロッコリーのレモン炒め	鶏肉とナッツのチリソース
6日	きんぴら蓮根	南瓜煮洋風仕立て	ズッキーニとアスパラのソテー	豆腐の柚子あんかけ
水	野菜の味噌炒め	大根と椎茸の煮物	じゃが芋と椎茸の煮物	小松菜と牛肉の炒め物
	茄子のサレルノ風	オクラのおかか和え	ツナの玉子炒め	春雨の酢の物
9月	豚肉とアスパラのピリ辛炒め	牛肉のネギ塩炒め	バサのバジル焼き	牛肉とポテトのガリパタソース
7日	マカロニサラダ	厚揚げのかか煮	海老ポテトサラダ	ほうれん草のおひたし
木	ナスとイタリアン野菜の塩炒め	ポークビーンズ	豆腐のチャンプルー	肉野菜炒め
	蒸し鶏のネギソース	ほうれん草と人参の黒オリーブ入りサラダ	枝豆とカニカマの煮物	筍と山菜のきんぴら風

	昼食	夕食	昼食	夕食	昼食	夕食
9月15日 金	チキンステーキ(トマトソース) チンゲン菜とコーンの中華炒め 南瓜のほっこり煮 青菜のおろし和え	豚肉と青菜のたまご炒め じゃが芋の梅おかか 彩り炒り豆腐 ほうれん草のベーコン和え	9月22日 金 ブルコギ 竹の子のピリ辛炒め 高野豆腐のがめ煮 じゃが芋と牛蒡の塩きんぴら	鶏の柚子胡椒焼き ポテトソテー はんぺんと野菜の田舎煮 磯わかめ	9月29日 金 豚肉と野菜のおろしポン酢 コーンとツナのサラダ 茄子とオクラのトマトソース煮 さつま揚げの味噌炒め	ロールキャベツ クリームソース 里芋とチャーシューの塩ねぎ煮 野菜のごま味噌煮 コーンと玉葱のおかか炒め
9月16日 土	青椒肉絲 エノキ茸の煮浸し 野菜のバジル炒め 土佐酢和え(オクラ・人参・竹輪)	ホッゲの一夜干し焼き ナスのトマトソース あさりとじゃが芋のピリ辛醤油仕立て つきこんのおかか煮	9月23日 土 野菜と豚肉のカレー炒め 大根の煮物洋風仕立て 炒り鶏 豆腐の煮やっこ	たこザンギ 油揚げとこんにゃくの白和え ラタトゥイユ ゴーヤとツナのサラダ	9月30日 土 牛肉のトマト煮 小松菜の辛子和え 厚揚げの五目あんかけ 南瓜サラダ	豚の生姜焼き シェルマカロニサラダ さつま芋の煮しめ ほうれん草の磯辺和え
9月17日 日	とんかつ 山芋のガーリック風味 オクラソーセージ大豆ソテー きくらげの酢の物	鶏肉とキャベツの味噌炒め ゴマドレサラダ 豆腐の和風煮 甘酢蓮根	9月24日 日 筍と鶏肉のクリーム煮 白菜の錦和え 野菜の味噌炒め 小松菜とザーサイの炒め物	豚肉とチンゲン菜の塩ダレ炒め きんぴら蓮根 鶏挽き肉と大豆の含め煮 ピーマンと竹の子の炒め物		
9月18日 月	牛肉とインゲンの炒め物 大根とカニカマの煮物 筍と玉子の中華風炒め ひじきとじゃが芋の煮物	エビと青梗菜の塩あん 南瓜のそぼろ煮 洋風けんちん煮 中華風もやし炒め	9月25日 月 白身魚のハンバーグ(豆乳仕立て) オクラとコーンのおろし和え ニラと豚肉の味噌炒め チンゲン菜のソテー	豚キムチ鍋風 ベーコンとたまごサラダ キャベツと鶏肉の華風炒め しっとり卵の花		
9月19日 火	シイラの塩焼き チンゲン菜ともやしのナムル あさりと玉葱のにんにく醤油 キャベツと挽肉の玉子炒め	豆腐と豚肉の中華炒め ほうれん草のおかか和え ポトフ風 りんごのコンポート	9月26日 火 チキンカレー 竹の子と人参のおかか煮 浅炊ふき	あじフライ 南瓜のいとこ煮(30g) チャーシュー野菜炒め ほうれん草のピーナッツ和え		
9月20日 水	牛肉ときのこの柚子風味炒め じゃが芋のそぼろあんかけ 鶏豆腐 青物の昆布め	洋風ロールキャベツ(コンソメ) イタリアン野菜とマカロニのサラダ 和風カレー煮 ソーセージときのこのニンニク風味	9月27日 水 メバルの味噌煮 シューマイ 肉じゃが 和風りぼんパスタ	鶏肉とインゲンの味噌ダレ焼き さつま芋のバター炒め 目と青菜の刻み炒め 蓮根の梅和え		
9月21日 木	豚肉とゴボウの生姜煮 油揚げの玉子炒め ヘルシーチンジャオ キャベツのごま酢和え	サパの甘酢あん風 南瓜煮洋風仕立て 野菜炒め 蓮根の胡麻和え	9月28日 木 牛肉と野菜のオイスター炒め 冬瓜の煮物【6月-9月限定】 海鮮ビーフン炒め タラモサラダ	豆腐ハンバーグの甘酢あんかけ きんぴらごぼう 親子煮 青菜ときのこのオリーブ蒸し		

