

日	曜日	メニュー名	予 定 (おかず)
1	月	豚肉野菜炒め弁当	豚肉と野菜の炒め、イワシ磯辺フライ、肉焼売、焼きそば、金時豆、おしんこ、ごはん
2	火	ヤンニョムチキン野菜弁当	ヤンニョムチキン、焼き鳥風メンチカツ、きゃべつ、ポテトサラダ、オクラお浸し、おしんこ、ごはん
3	水	エビチリ弁当	エビチリソース、ハムカツ、キャベツ、ミートオムレツ、オクラの海老詰め天、おしんこ、ごはん
4	木	照焼きチキン弁当	鶏肉とネギの照焼き、白菜とちくわのすき焼き風煮、肉団子ケチャップ和え、切り干し大根煮、おしんこ、ごはん
5	金	ロースカツ弁当	トンカツ、生野菜、かにかまと木耳玉子炒め、マカロニサラダ、ワカサギマリネ、おしんこ、ごはん
6	土	ホルモン炒め弁当	野菜とホルモン炒め、ウズラフライ、八幡巻き、煮物、おしんこ、ごはん
7	日		
8	月	ロース生姜焼き弁当	豚ロース肉の生姜焼き、生野菜、ポロネーゼ、ポテトサラダ、刺身コンニャク、マヨネーズ、おしんこ、ごはん
9	火	茄子のひき肉甘酢炒め弁当	茄子のひき肉甘酢炒め、とり天、生野菜、野菜入りビーフン、きんぴらごぼう、おしんこ、ごはん
10	水	豚しゃぶ弁当	さっぱり胡麻ダレ豚しゃぶ、千切りキャベツ、タコキャベツフライ、合鴨スモーク、中華春雨サラダ、おしんこ、ごはん
11	木	焼売&かき揚げ弁当	海鮮かき揚げ、チキンステーキ、スパゲッティーサラダ、春巻き、厚揚げ煮、おしんこ、ごはん
12	金	肉団子きのこ弁当	きのこ肉団子と玉ねぎの甘酢あん、揚げ餃子、中華クラゲ、かにかま天ぷら、おしんこ、ごはん
13	土	BIGメンチカツ弁当	BIGメンチカツ、キャベツ、ナポリタンスパゲッティ、赤ウインナー炒め、ポテトサラダ、おしんこ、ごはん
14	日		
15	月	スパイシー唐揚げ弁当	スパイシー唐揚げ、タケノコひき肉チャブチェ、ゴボウサラダ、椎茸煮、おしんこ、ごはん
16	火	豚肉とキャベツ味噌炒め弁当	豚肉とキャベツの味噌炒め、いかと彩野菜かつ、キャベツ、さばの竜田揚げ、3色豆、おしんこ、ごはん
17	水	ひき肉プレート	鶏ひき玉ねぎ炒め、えびかつ、レンコンのはさみ揚げ、玉子焼き、ビビンバ、紅生姜
18	木	塩だれペッパー弁当	豚肉とネギの塩だれ、牛筋コロッケ、キャベツ、たこさつま揚げのおろししょうがのせ、れんこん煮物、おしんこ、ごはん
19	金	イカ大根弁当	イカと大根の煮付け、アジフライタルタル、キャベツ、鶏ごぼう巻き、いかおくら、おしんこ、ごはん
20	土	マグロカツ弁当	マグロカツ、きゃべつ、ソーセージとネギの炒め、つみれ煮、サラダ、おしんこ、ごはん
21	日		
22	月	唐揚げ甘酢弁当	唐揚げ甘酢タルタル、ソーセージ野菜炒め、やっこわさび昆布のせ、エビフリッターのマヨ和え、おしんこ、ごはん
23	火	肉ナス炒め弁当	肉となすの炒め、生野菜、鶏かつ、焼きじゃが、青菜のバターソテー、おしんこ、ごはん
24	水	スーパーのり弁当	海老マヨ、白身魚フライ、ちくわの磯辺揚げ、しゅうまい、唐揚げ、コロッケ、ソーセージ、煮物、おしんこ、のり、ごはん
25	木	麻婆弁当	花山椒香麻婆豆腐、ピーマンの肉詰めフライ、野菜の炊き合わせ、ザーサイ、ごはん
26	金	和風ハンバーグ弁当	和風おろしハンバーグ野菜添え、塩焼きそば、チキンハムカツ、ポテトサラダ、色々きのこ、おしんこ、ごはん
27	土	チキン南蛮弁当	チキン南蛮、キャベツ、肉団子、玉子焼き、かまぼこ、ポテトサラダ、おしんこ、ごはん
28	日		
29	月	玉子鶏チャーシュー炒め弁当	玉子と鶏チャーシューの炒め、エビかつ、きゃべつ、茄子の揚げ浸し、味メンマ、おしんこ、ごはん
30	火	茄子と鶏バンバンジー弁当	なすと鶏肉のバンバンジー、椎茸の肉詰めフライ、ウズラメンチ、生野菜、カレーの天ぷら、彩菜の花、おしんこ、ごはん