

# 11月Cランチ



(株)ヤオハルフーズ半田

愛知県半田市瑞穂町3-8-5

TEL(0569)24-3678

フリーダイヤル 0120 393949

日	献立	日	献立
1(木)	タンダリーチキン&コーンクリームフライ もやしの炒め物 茄子の煮浸し 785kcal	16(金)	豚肉焼肉炒め&イカフライ ジャーマンポテト 竹の子とツナの煮物 761kcal
2(金)	ビーフコロッケ&しゃきしゃき肉団子 青梗菜の中華炒め キャベツのゆかり和え 768kcal	17(土)	鯖の塩焼き 大豆とヒジキの煮物 フロッコリーのカレー炒め 634kcal
3(土)	鱈の塩焼き&がんもの煮付け バジルスパゲティ ポークビーンズ 634kcal	18(日)	
4(日)		19(月)	チキンの照焼&アジフライ 春雨の中華炒め れんこんの甘辛炒め 733kcal
5(月)	ハムカツ&ちくわの紅生姜揚げ 里芋の旨煮 山菜人参金平 761kcal	20(火)	デミグラスハンバーグ&ポテト ひじきと高野の煮物 こんにゃくと高菜の炒め物 754kcal
6(火)	豚肉の塩焼肉炒め&ササミカツ 蓮根のカレー炒め こんにゃくの煮物 810kcal	21(水)	エビフライ&白身フライ ポテトサラダ 野菜炒め 774kcal
7(水)	鯖の西京焼き&春巻き 春雨の海鮮酢の物 竹輪の煮付 738kcal	22(木)	肉団子の野菜あんかけ 金平ごぼう 小松菜のナムル 833kcal
8(木)	アジフライ&焼売 韓国風切干大根 れんこんの梅しそ和え 721kcal	23(金)	鯖の竜田揚げ&かぼちゃコロッケ ビーフソテー 大根の信田煮 672kcal
9(金)	ハンバーグ&オムレツ 根菜の煮物 手作り金時豆 830kcal	24(土)	鶏の照焼&ササミしそ巻きフライ ナポリタンスパゲティ おくらのかか和え 697kcal
10(土)	豚串カツ&豆腐ハンバーグ スパソテー 青梗菜とツナの煮物 791kcal	25(日)	
11(日)		26(月)	サーモンフライ&メンチカツ 切干大根の煮物 わけぎと桜エビの和え物 823kcal
12(月)	チキンカツ ごぼうの甘辛煮 ブロッコリーの和え物 698kcal	27(火)	鱈の七輪焼き&えび入りれんこんフライ 洋風ツナじゃが 昆布豆 677kcal
13(火)	鮭の照り焼き&揚げ餃子 れんこんの炒め煮 がんもの煮付け 700kcal	28(水)	焼きそば&目玉焼きフライ ごぼうサラダ ちくわ煮 777kcal
14(水)	油淋鶏 茄子の味噌煮 若布としょうがの酢の物 812kcal	29(木)	コロッケ&鶏肉のバジル焼き カレーマカロニソテー 金平れんこん 810kcal
15(木)	メンチカツ 糸切昆布の煮物 こんにゃくの梅和え 779kcal	30(金)	豚カツ 青梗菜のコンソメ煮 ひじきの旨煮 756kcal

朝方は冷え込みを感じるようになりましたが、日中の日なたはまだまだ暑いですね。10月から始まったドラマ「ゴーイング・マイ・ホーム」に久々に山口智子が出ていて感動！！ロンバケ世代(笑)の私としては絶対に見逃せません！ロンバケ以来の連ドラ出演らしいですが、衰えてないな～と思わず感心。この人全享年取らないねって人居ますが、山口智子も変わらないです。あと、関係ないけどマッチも！第2話すっごく楽しみだったのに何故かサッカーの親善試合を放送してる・・・??? 監督がはしかに罹って撮影が遅れてるとの噂も。ガックリ！！

※仕入れの都合により献立の変更がある場合がありますのでご了承下さい。  
ご飯は国内産の白米を使用しております。