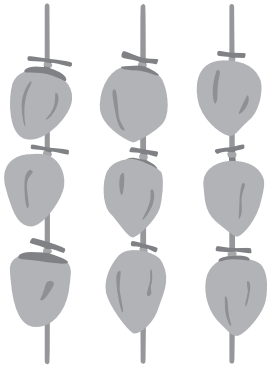


平成30年 11月の食材メニュー (和みコース)



<p>Aコース 5日 (月) Bコース 6日 (火)</p> <p>レンジで簡単豚ばら塩こしょう焼き</p> <p>エルオムレツ</p> <p>ブリ煮付</p> <p>わかめのしょうゆ和え</p>	<p>Bコース 1日 (木)</p> <p>軟骨入り鶏だんご (塩味)</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>鮭のちゃんちゃん焼き</p> <p>真昆布のり黒酢仕立て</p>	<p>Aコース 2日 (金) Bコース 3日 (土) お休み</p> <p>軟骨入り鶏だんご (塩味)</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>鮭のちゃんちゃん焼き</p> <p>真昆布のり黒酢仕立て</p>
<p>Aコース 12日 (月) Bコース 13日 (火)</p> <p>国産鶏もも肉のkok旨照り焼き</p> <p>新潟産なめ茸</p> <p>白身魚のトマトソース</p> <p>スパゲティサラダ</p>	<p>Aコース 7日 (水) Bコース 8日 (木)</p> <p>レンジで簡単国産鶏唐揚げ</p> <p>玉ねぎサラダ</p> <p>きはだまぐろの中落ち</p> <p>あさひ納豆国産極小粒</p>	<p>Aコース 9日 (金) Bコース 10日 (土)</p> <p>長ねぎラーメン</p> <p>和風ソースのハンバーグ</p> <p>尚仁沢名水絹豆腐</p>
<p>Aコース 19日 (月) Bコース 20日 (火)</p> <p>レンジで簡単鶏トロ (背肉) 塩こうじ焼き</p> <p>米粉入りさつま揚げ</p> <p>めばる梅煮</p> <p>国産小粒納豆</p>	<p>Aコース 14日 (水) Bコース 15日 (木)</p> <p>豚カルビ焼肉玉ねぎ入り</p> <p>お福豆</p> <p>かれい生姜煮</p> <p>柑橘大根なます</p>	<p>Aコース 16日 (金) Bコース 17日 (土)</p> <p>サバ塩焼</p> <p>土佐煮</p> <p>鶏そぼろピラフ</p> <p>3種の根菜まんじゅう</p>
<p>Aコース 26日 (月) Bコース 27日 (火)</p> <p>鶏肉のあんかけ</p> <p>しらす干し</p> <p>びんちょうまぐろ切り落とし</p> <p>ごぼう入りふんわり肉詰めいなり煮</p>	<p>Aコース 21日 (水) Bコース 22日 (木)</p> <p>レンジけんちんうどん</p> <p>レンジで簡単真ほっけの干物</p> <p>さつまいも天</p>	<p>Aコース 23日 (金) お休み Bコース 24日 (土)</p> <p>なすと豚肉の生姜炒め</p> <p>ひじきのシンプル煮</p> <p>レンジで簡単あじフライ</p> <p>レタスサラダ</p>
	<p>Aコース 28日 (水) Bコース 29日 (木)</p> <p>焼けてる海鮮棒餃子</p> <p>北の大豆もめん豆腐</p> <p>赤魚幽庵焼</p> <p>もずくスープ</p>	<p>Aコース 30日 (金)</p> <p>なすと豚肉の生姜炒め</p> <p>ひじきのシンプル煮</p> <p>レンジで簡単あじフライ</p> <p>レタスサラダ</p>