



[1食平均 665kcal、食塩相当/3.6g使用]

メニュー内容

ご飯(1マス) / +50円で炊き込みご飯へ変更可能
 + おかず(2マス) / 焼き物+(煮物or揚げ物)

500 (税込540円)
円+税

TEL. **011-613-0141**
 FAX. **011-612-0311**

受付時間
 月曜日～金曜日
 10:00～17:00

	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)
	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(すき煮) ・銀ガレイの西京焼き ・菜の花のおかか和え ・里芋の南部揚げ ・鶏肉とごぼうの串カツ ・野菜炒め 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(ふくさ焼き) ・アジの塩焼き ・クラゲの焙煎ごま和え ・若鳥の山椒焼き ・イカフライ盛り合わせ(全5品) 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(関東風) ・ホッケの塩麹焼き ・ナムル ・メンチカツ ・ゴロゴロ肉じゃが 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(鶏そぼろ) ・サンマの柔らか煮 ・ふきのきんぴら ・ちくわチーズの香り揚げ ・鶏肉のソテー ・温野菜サラダ
9月7日(月)	9月8日(火)	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)
<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(磯辺) ・アカウオの西京焼き ・フグの唐揚げ ・ホタテの時雨煮 ・ニンソフトの甘露煮 ・なすの油煮 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(小ねぎ) ・サケの南蛮漬け ・ポテトコロッケ ・串うち肉団子 ・カジキマグロのステーキ仕立て素揚げ野菜添え 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(ニラ玉) ・メヌキの塩焼き ・鶏肉の桑焼き ・アサリの生姜味噌煮 ・黄金ガレイの揚げ煮(かぼちゃ、なす、しいたけ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(カニカマ) ・アジの蒲焼き ・れんこんの挟み揚げ ・甘エビの南部揚げ ・鶏天盛り合わせ(全5品) 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子 ・銀ガレイの照り焼き ・鶏肉の竜田揚げ ・れんこんの甘酢漬け ・サバの味噌煮(にんじん、竹の子、ふき)
9月14日(月)	9月15日(火)	9月16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)
<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(きのこ) ・サーモンの塩焼き ・甘エビフライ ・かぼちゃのフレンチ和え ・豚バラ肉と大根の小川煮マスタードあんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(青のり) ・シルバーの西京焼き ・ブラックタイガーの塩煮 ・さつま芋フライ ・フグ天盛り合わせ(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(関東風) ・鶏肉の柚子こしょう焼き ・エビのしそ巻き揚げ ・アスパラの醤油漬け ・タラの衣揚げあんかけ ・れんこんのきんぴら 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子 ・アカウオのみりん醤油焼き ・クラゲの焙煎ごま和え ・タラのザンギ ・豚肉のパン粉焼き ・スパゲティ粒マスタード 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(ツナ、三葉) ・銀ガレイの西京焼き ・かまぼこの香り揚げ ・里芋の旨煮 ・エビフライ盛り合わせ(全6品)
9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)	9月24日(木)	9月25日(金)
<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(ニラ玉) ・サーモンの焼き漬け ・鶏肉の唐揚げ ・アスパラのもろみ漬け ・サバの甘辛煮(大根、肉団子、なす) 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子 ・ニンソフトの甘露煮 ・ウインナーのケチャップ煮 ・エビ進丈の磯部巻き ・豚ヒレ肉のせんべいカツ ・こぶき芋 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子 ・銀ガレイのみりん漬け ・アスパラのごま和え ・ホタテフライ ・すきやき風煮込み 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(関東風) ・タラのねぎ塩焼き ・エビフライ ・なると巻き ・黄金ガレイの炊合せ(大根、がんも、舞茸) 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(磯辺) ・アカウオの照り焼き ・春菊の和風ごま和え ・れんこんの衣揚げ ・フグザンギ盛り合わせ(全4品)
9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)		
<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子 ・サケの南蛮漬け ・肉団子の照り煮 ・エノキとジャコの生姜煮 ・手羽元のスープ煮(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(ニラ玉) ・メヌキの西京焼き ・ハムカツ ・かぼちゃの旨煮 ・天ぷら盛り合わせ(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> ・だし巻き玉子(三葉) ・サンマの蒲焼き ・れんこんのきんぴら ・エビ団子の煮ころがし ・白身魚の衣揚げのあんかけ(全5品) 		

※色彩と栄養面を考慮し、カテゴリーの内容と異なるおかずの日もございます。

9月のメニュー

TEL. **011-613-0141**
 FAX. **011-612-0311**

受付時間
 月曜日～金曜日
 10:00～17:00



[1食平均 773kcal, 食塩相当/4.3g使用]

メニュー内容

ご飯(2マス) / 白米+炊込ご飯(赤飯・いなり寿司の日も!)
 + おかず(7マス) / 焼き物+煮物+揚げ物

750 (税込810円)
円+税

	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)
	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(すき煮) 銀ガレイの西京焼き 菜の花のおかか和え 里芋の南部揚げ 鶏肉とごぼうの串カツ 野菜炒め なすのそぼろ煮 信田巻き八方あんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ふくさ焼き) アジの塩焼き クラゲの焙煎ごま和え 若鳥の山椒焼き イカフライ盛り合わせ(全5品) じゃがいもの田舎煮 切り干し大根 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) ホッケの塩麹焼き ナムル メンチカツ ゴロゴロ肉じゃが チンジャオロース 鶏肉ザンギ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(鶏そぼろ) サンマの柔らか煮 ふきのきんぴら ちくわチーズの香り揚げ 鶏肉のソテー 温野菜サラダ 五目巾着の煮物 ホタテの酢味噌和え
9月7日(月)	9月8日(火)	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの西京焼き フグの唐揚げ ホタテの時雨煮 ニシンソフトの甘露煮 なすの油煮 ニラと玉子のオイスター炒め 豚肉の角煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(小ねぎ) サケの南蛮漬け ポテトコロッケ 串うち肉団子 カジキマグロのステーキ仕立て素揚げ野菜添え ヒレカツ アスパラのごまドレ和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの塩焼き 鶏肉の桑焼き アサリの生姜味噌煮 黄金ガレイの揚げ煮(かぼちゃ、なす、しいたけ) しゅうまい(銀あんかけ) エビのわさびドレ和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(カニカマ) アジの蒲焼き れんこんの挟み揚げ 甘エビの南部揚げ 鶏天盛り合わせ(全5品) マーボー春雨 揚げなすの含め煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイの照り焼き 鶏肉の竜田揚げ れんこんの甘酢漬け サバの味噌煮(にんじん、竹の子、ふき) フグザンギ ナポリタンスパゲティ
9月14日(月)	9月15日(火)	9月16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) サーモンの塩焼き 甘エビフライ かぼちゃのフレンチ和え 豚バラ肉と大根の小川煮 マスタードあんかけ ポテトコロッケ もやしと春菊の黒ごま和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(青のり) シルバーの西京焼き ブラックタイガーの塩煮 さつま芋フライ フグ天盛り合わせ(全6品) サンマの柔らか煮 鶏肉のフリッター 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) 鶏肉の柚子こしょう焼き エビのしそ巻き揚げ アスパラの醤油漬け タラの衣揚げあんかけ れんこんのきんぴら サケザンギ かぼちゃの小倉煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 アカウオのみりん醤油焼き クラゲの焙煎ごま和え タラのザンギ 豚肉のパン粉焼き スパゲティ粒マスタード イカの酢味噌和え なすの油煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ツナ、三葉) 銀ガレイの西京焼き かまぼこの香り揚げ 里芋の旨煮 エビフライ盛り合わせ(全6品) ごぼう巻きの田舎煮 ナムル
9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)	9月24日(木)	9月25日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) サーモンの焼き漬け 鶏肉の唐揚げ アスパラのもろみ漬け サバの甘辛煮(大根、肉団子、なす) メンチカツ エビ団子の甘酢あんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 ニシンソフトの甘露煮 ウインナーのケチャップ煮 エビ進丈の磯部巻き 豚ヒレ肉のせんべいカツ こぶき芋 菜の花の辛子醤油 大根と揚げの煮しめ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイのみりん漬け アスパラのごま和え ホタテフライ すきやき風煮込み エビチリソース マカロニサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) タラのねぎ塩焼き エビフライ なると巻き 黄金ガレイの炊合せ(大根、がんも、舞茸) 鶏肉ザンギ ホイコーロー 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの照り焼き 春菊の和風ごま和え れんこんの衣揚げ フグザンギ盛り合わせ(全4品) マーボーなす 大根のおでん煮
9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)		
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 サケの南蛮漬け 肉団子の照り煮 エノキとジャコの生姜煮 手羽元のスープ煮(全6品) ホッケのフライ イカの酢味噌和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの西京焼き ハムカツ かぼちゃの旨煮 天ぷら盛り合わせ(全6品) ふきとさつま揚げの煮物 菜の花のごまポン和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(三葉) サンマの蒲焼き れんこんのきんぴら エビ団子の煮ころがし 白身魚の衣揚げのあんかけ(全5品) 切り干し大根 アカウオの南蛮漬け 		

※色彩と栄養面を考慮し、カテゴリーの内容と異なるおかずの日もございます。

10月のメニュー

TEL. **011-613-0141**
 FAX. **011-612-0311**

受付時間
 月曜日～金曜日
 10:00～17:00



[1食平均 665kcal、食塩相当/3.6g使用]

メニュー内容

ご飯(1マス) / +50円で炊き込みご飯へ変更可能
 + おかず(2マス) / 焼き物+(煮物or揚げ物)

500円+税

(税込540円)

			10月1日(木)	10月2日(金)
			<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) ホッケの塩麴焼き 甘エビのフリッター ピリ辛こんにゃく 煮込みハンバーグ ナポリタンスパゲティ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 紅ザケの塩焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃの旨煮 エビ天の盛り合わせ(全6品)
10月5日(月)	10月6日(火)	10月7日(水)	10月8日(木)	10月9日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(千草焼き) ハマチの照り焼き アスパラの辛子醤油 角こんにゃくのピリ辛煮 手作りさつま揚げ ホッケの甘酢あんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(すき煮) 銀ガレイの西京焼き 菜の花のおかか和え 里芋の南部揚げ 鶏肉とごぼうの串カツ 野菜炒め 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ふくさ焼き) アジの塩焼き クラゲの焙煎ごま和え 若鳥の山椒焼き イカフライの盛り合わせ(全5品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) ホッケの塩麴焼き ナムル メンチカツ ゴロゴロ肉じゃが 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(鶏そぼろ) サンマの柔らかか煮 ふきのきんぴら ちくわチーズの香り揚げ 鶏肉のソテー 温野菜サラダ
10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)	10月16日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの西京焼き フグの唐揚げ ホタテの時雨煮 ニシンソフトの甘露煮 なすの油煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(小ねぎ) サケの南蛮漬け ポテトコロッケ 串うち肉団子 カジキマグロのステーキ仕立て素揚げ野菜添え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの塩焼き 鶏肉の桑焼き アサリの生姜味噌煮 黄金ガレイの揚げ煮(かぼちゃ、なす、しいたけ) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(カニカマ) アジの蒲焼き れんこん挟み揚げ 甘エビの南部揚げ 鶏天の盛り合わせ(全5品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイの照り焼き 鶏肉の竜田揚げ れんこんの甘酢漬け サバの味噌煮(にんじん、竹の子、ふき)
10月19日(月)	10月20日(火)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) サーモンの塩焼き 甘エビフライ かぼちゃのフレンチ和え 豚バラ肉と大根の小川煮マスタードあんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(青のり) シルバーの西京焼き ブラックタイガーの塩煮 さつま芋フライ フグ天の盛り合わせ(全6品) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) 鶏肉の柚子こしょう焼き エビのしそ巻き揚げ アスパラの醤油漬け タラの衣揚げあんかけ れんこんのきんぴら 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 アカウオのみりん醤油焼き クラゲの焙煎ごま和え タラのザンギ 豚肉のパン粉焼き 粒マスタードスパゲティ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ツナ、三葉) 銀ガレイの西京焼き かまぼこの香り揚げ 里芋の旨煮 エビフライの盛り合わせ(全6品)
10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) サーモンの焼き漬け 鶏肉の唐揚げ アスパラのもろみ漬け サバの甘辛煮(大根、肉団子、なす) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 ニシンソフトの甘露煮 ウインナーのケチャップ煮 エビ進丈の磯部巻き 豚ヒレ肉のせんべいカツ こぶき芋 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイのみりん漬け アスパラのごま和え ホタテフライ すきやき風煮込み 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) タラのねぎ塩焼き エビフライ なると巻き 黄金ガレイの炊合せ(大根、がんも、舞茸) 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの照り焼き 春菊の和風ごま和え れんこんの衣揚げ フグザンギの盛り合わせ(全4品)

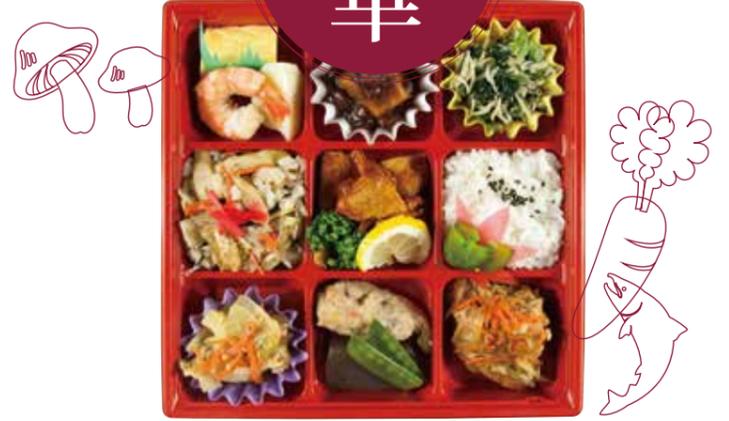
※色彩と栄養面を考慮し、カテゴリーの内容と異なるおかずの日もございます。

10月のメニュー

TEL. **011-613-0141**
 FAX. **011-612-0311**

受付時間
 月曜日～金曜日
 10:00～17:00

四季彩弁当
 はな
華



[1食平均 773kcal、食塩相当/4.3g使用]

メニュー内容

ご飯(2マス) / 白米+炊込ご飯(赤飯・いなり寿司の日も!)
 + おかず(7マス) / 焼き物+煮物+揚げ物

750 (税込810円)
円+税

			10月1日(木)	10月2日(金)
			<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) ホッケの塩麴焼き 甘エビのフリッター ピリ辛こんにゃく 煮込みハンバーグ ナポリタンスパゲティ ポテトサラダ 菜の花の辛し和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 紅ザケの塩焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃの旨煮 エビ天の盛り合わせ(全6品) ひりょうずの含め煮 ホタテフライ
10月5日(月)	10月6日(火)	10月7日(水)	10月8日(木)	10月9日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(千草焼き) ハマチの照り焼き アスパラの辛子醤油 角こんにゃくのピリ辛煮 手作りさつま揚げ ホッケの甘酢あんかけ エビチリ ふきの土佐煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(すき煮) 銀ガレイの西京焼き 菜の花のおかか和え 里芋の南部揚げ 鶏肉とごぼうの串カツ 野菜炒め なすのそぼろ煮 信田巻き八方あんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ふくさ焼き) アジの塩焼き クラゲの焙煎ごま和え 若鳥の山椒焼き イカフライの盛り合わせ(全5品) じゃがいもの田舎煮 切り干し大根 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) ホッケの塩麴焼き ナムル メンチカツ ゴロゴロ肉じゃが チンジャオロース 鶏肉ザンギ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(鶏そぼろ) サンマの柔らか煮 ふきのきんぴら ちくわチーズの香り揚げ 鶏肉のソテー 温野菜サラダ 五目巾着の煮物 ホタテの酢味噌和え
10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)	10月16日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの西京焼き フグの唐揚げ ホタテの時雨煮 ニシンソフトの甘露煮 なすの油煮 ニラと玉子のオイスター炒め 豚肉の角煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(小ねぎ) サケの南蛮漬け ポテトコロッケ 串うち肉団子 カジキマグロのステーキ仕立て 素揚げ野菜添え ヒレカツ アスパラのごまドレ和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) メヌキの塩焼き 鶏肉の桑焼き アサリの生姜味噌煮 黄金ガレイの揚げ煮(かぼちゃ、なす、しいたけ) シューマイ(銀あんかけ) エビのわさびドレ和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(カニカマ) アジの蒲焼き れんこん挟み揚げ 甘エビの南部揚げ 鶏天の盛り合わせ(全5品) マーボー春雨 揚げなすの含め煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイの照り焼き 鶏肉の竜田揚げ れんこんの甘酢漬け サバの味噌煮(にんじん、竹の子、ふき) フグザンギ ナポリタンスパゲティ
10月19日(月)	10月20日(火)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(きのこ) サーモンの塩焼き 甘エビフライ かぼちゃのフレンチ和え 豚バラ肉と大根の小川煮 マスタードあんかけ ポテトコロッケ もやしと春菊の黒ごま和え 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(青のり) シルバーの西京焼き ブラックタイガーの塩煮 さつま芋フライ フグ天の盛り合わせ(全6品) サンマの柔らか煮 鶏肉のフリッター 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) 鶏肉の柚子こしょう焼き エビのしそ巻き揚げ アスパラの醤油漬け タラの衣揚げあんかけ れんこんのきんぴら サケザンギ かぼちゃの小倉煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 アカウオのみりん醤油焼き クラゲの焙煎ごま和え タラのザンギ 豚肉のパン粉焼き 粒マスタードスパゲティ イカの酢味噌和え なすの油煮 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ツナ、三葉) 銀ガレイの西京焼き かまぼこの香り揚げ 里芋の旨煮 エビフライの盛り合わせ(全6品) ごぼう巻きの田舎煮 ナムル
10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)
<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(ニラ玉) サーモンの焼き漬け 鶏肉の唐揚げ アスパラのもろみ漬け サバの甘辛煮(大根、肉団子、なす) メンチカツ エビ団子の甘酢あんかけ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 ニシンソフトの甘露煮 ウインナーのケチャップ煮 エビ進丈の磯部巻き 豚ヒレ肉のせんべいカツ こふき芋 菜の花のからし醤油 大根と揚げの煮しめ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子 銀ガレイのみりん漬け アスパラのごま和え ホタテフライ すきやき風煮込み エビチリ マカロニサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(関東風) タラのねぎ塩焼き エビフライ なると巻き 黄金ガレイの炊合せ(大根、がんも、舞茸) 鶏肉ザンギ ホイコーロー 	<ul style="list-style-type: none"> だし巻き玉子(磯辺) アカウオの照り焼き 春菊の和風ごま和え れんこんの衣揚げ フグザンギの盛り合わせ(全4品) マーボーなす 大根のおでん煮

※色彩と栄養面を考慮し、カテゴリーの内容と異なるおかずの日もございます。