

10月の献立表 上旬

手作り弁当
秋田屋食品



TEL 246-6337

FAX 246-6489

1	木	串カツ 揚げ出し豆腐 ホッケの塩焼き ひじきのサラダ 蓮根のピリ辛炒め ブロッコリーの酢醤油和え 白飯
2	金	麻婆豆腐 鶏の唐揚げ オムレツ 金平牛蒡 あさりと竹の子の和え物 わかめの酢の物 白飯
3	土	☆おまかせメニューの日☆
4	日	休日
5	月	八宝菜 白身フライ ロールキャベツ 里芋の海苔和え 法蓮草のお浸し もやしのコンソメ風味煮 白飯
6	火	豚肉と野菜の炒め物 うずら串フライ タラの野菜あん 大根の梅和え 白菜の煮浸し ギョーザ 白飯
7	水	酢豚 春巻き 三角あつあげ コンニャクと竹の子の煮物 スナックエンドウの胡麻和え コーンサラダ 白飯
8	木	さつま芋コロッケ 豚肉とピーマンの炒め物 玉子豆腐 大根の煮物 マカロニサラダ きゅうりの酢の物 白飯
9	金	挽肉ともやしの卵とじ エビカツ 海鮮ステーキ 半ペンの煮物 アスパラとパコンのバター炒め ぜんまいの煮物 白飯
10	土	☆おまかせメニューの日☆
11	日	休日
12	月	休日
13	火	チキンカツ チャプチェ 信田巻き 切干大根の煮付 インゲンのお浸し シューマイ 白飯
14	水	回鍋肉 ハムカツ タラの甘酢あんかけ 茄子南蛮 蓮根の金平 小松菜とかまぼこの和え物 白飯
15	木	クリームコロッケ 大根と豚肉の炒め物 高野豆腐と椎茸の旨煮 もやしとしそのポン酢和え 玉子焼き ブロッコリーの和え物 白飯
16	金	ざるそば 野菜のかきあげ 五目巾着 こんにゃくの味噌煮 ひじきの煮物 青梗菜の和え物 白飯
17	土	☆おまかせメニューの日☆
18	日	休日
19	月	デミグラスハンバーグ スパゲティ はんぺんとネギの炒め物 たたき牛蒡 スナックエンドウのお浸し 玉ねぎとしめじのマリネ 白飯
20	火	トンカツ イワシの焼き物 豆腐とネギの旨煮 蒟蒻と竹の子のピリ辛炒め エビチリ 法蓮草のお浸し 白飯
21	水	ソーセージのケチャップ炒め 目玉焼きフライ ホッケの塩焼 キャベツとかニカの香味和え カリフラワーのカレー炒め きゅうりの酢の物 白飯
22	木	メンチカツ 南瓜と厚揚げのそぼろあん 牛蒡と糸コンの煮物 もやしとニラのオイスター炒め 竹の子の胡麻マヨネーズ和え 海藻サラダ 白飯
23	金	さばの煮付 イカカツ 筑前煮 インゲンの味噌和え しめじとエノキの炒め物 オクラとかニカの和え物 白飯
24	土	☆おまかせメニューの日☆
25	日	休日
26	月	鶏の唐揚げおろしポン酢 麻婆春雨 切干大根の煮物 角麩と竹輪の煮付 人参とササミの胡麻和え シューマイ 白飯
27	火	さばの味噌干し コーンフライ 揚げ出し豆腐 里芋のうま煮 小松菜とハムの炒め物 コンニャクのピリ辛煮 白飯
28	水	アジフライ 肉団子と人参のうま煮 チヂミ 大学芋 法蓮草のお浸し 半ペンの煮付 白飯
29	木	里芋と豚肉の甘辛炒め ササミフライ かに玉 大根の味噌煮 ブロッコリーサラダ 高野豆腐と椎茸の旨煮 白飯
30	金	豚しゃぶ 春巻き ロールキャベツ がんもの煮付 スナックエンドウの和え物 牛蒡のサラダ 白飯
31	土	☆おまかせメニューの日☆

=== information ===

- ・仕入れの都合によりメニューを変更することがあります
- ・食品衛生上、当日午後13時までにお召し上がり下さい
- ・変更、お休みはできるだけ前日までにお願いいたします
- ・配達時間のご指定はご遠慮願います

秋風が気持ち良い季節になりました。
木々の葉も色づきはじめる頃ですわ
食欲の秋！
おいしいお弁当を持って
紅葉などいかがでしょうか♪



秋田屋食品公式ホームページ
<http://akitaya-foods.com/>

|