



MONTHLY MENU

管理栄養士が考えた今月のメニュー

月	火	水	木	金
2 照り焼きがご飯に合う やわたまき 鶏肉の八幡巻〜照り焼き〜 良質なタンパク源! 大葉入りあじフライ カニ風味かまぼこの天ぷら カリフラワーとパプリカのカレー炒め ポテトサラダ	3 お休み	4 サクサクチキンカツ 国産チキンカツ〜ソース〜 合鴨ロースと野菜の京人參ドレッシング 高野と花魁の煮物 おまかせの副菜 春菊のナムル	5 文化の日にちなんで プレミアム 国産牛のビーフシチューコロッケ 豆腐ハンバーグ・トリュフ入きのこソース 里芋の柚子味噌煮 かぶの梅和え ふじりんご餡のミニくず餅	6 身体を温める1品 イチオシ ほぐしいずみ鶏・野菜の参鶏湯風 サムゲタン カレーパン風ひき肉包み揚げ ベーコン入りジャガバタコーン炒め 干豆腐の高菜和え はしどうふ 店主おすすめ 1 品
9 牛のうま味凝縮! ジューシー牛カツ お楽しみの 1 品 ひじき煮 さつま芋のピリ辛炒め バジルマカロニサラダ	10 人気の海老カツタルタル スペシャル 海老カツ・タルタルソース ビーフストロガノフ〜オリジナル仕立て〜 切干大根煮 小松菜の胡麻和え 大豆と水菜のネギ味噌サラダ	11 粗挽き肉でジューシー 粗挽き肉ハンバーグ・BBQ ソース さば竜田揚げ・油淋鶏ソース ユリリンチー 鶏さつまの和風和え 山形郷土料理 " おみ漬け " と野菜の和え物 梅なめ豆と枝豆のサラダ	12 高たんぱく低糖質 人気! 照焼きチキンステーキ 白身魚フライ・ハニーマスタードソース 結びこんにゃくの和風煮〜山椒風味〜 ほうれん草のピリ辛韓国風 しらすとわかめのやみつきサラダ	13 濃厚クリームとホタテ 北海道産ホタテのクリームコロッケ 国産肉団子と白菜の中華煮 ちくわの磯辺揚げ 竹の子と赤パプリカの紅葉色きんぴら かぼちゃと赤インゲン豆のサラダ
16 唐揚げとの相性抜群! 鶏の唐揚げ〜甘辛国産生姜ダレ〜 カルシウム豊富あじの南蛮漬 まんまるごま豆腐 もやしとチンゲン菜のナムル チーズポテトサラダ	17 牛タンごろごろ 牛タンハンバーグ・大根おろしソース 北海道産バター男爵コロッケ 高野と卵の煮物 サーモンと白菜の豆乳炒め煮 くだもの餡のお楽しみ和菓子	18 ご当地グルメ・会津 会津若松風ソース漬けチキンカツ 三元豚のもっちり水餃子 大根ときらびきの煮物 わかめとネギのサクサク醤油炒め カニカマと春雨のチリサラダ	19 トマトの栄養リコピン 新メニュー 豚肉とごろごろお芋のトマトシチュー どんぶり 旬の秋刀魚の梅肉大葉フライ 豆乳入りふくらがんと煮 小松菜の辛子和え 店主おすすめ 1 品	20 和食の日にちなんで プレミアム 牛肉と厚揚げのしぐれ煮 海老と野菜のかき揚げ・甘辛ダレ きのこ明太子の紅葉和え さつま芋と大豆のごま味噌炒め 美ら海育ちの塩キャラメルケーキ
23 お休み	24 ほっくりデミ煮込み デミグラスソースの煮込ハンバーグ パリパリ皮のいか焼売 ひじき煮 おまかせの副菜 オクラ入り松前漬	25 海老のスペイン風料理 おすすめ 海老とブロッコリーのアヒージョ風 お楽しみの揚げ物 軟骨入り照り焼き肉団子 モロヘイヤのおかか和え マカロニサラダ	26 有名店監修唐揚げ登場 スペシャル 「大分中津 諭吉のからあげ監修」 醤油唐揚げ シーフードのオニオンチャプチェ ハムステーキ 小なすの揚げ浸し 切干の炒めなます〜ゆず風味〜	27 スタミナおかず! 豚肉とざく切り野菜の焼肉タレ炒め サクサク! ウィンナーフライ さばの塩焼き カリフラワーニョッキのアンチョビ和え れんこんとパプリカのマスタードマリネ
30 あと引く梅塩昆布ソース チキン竜田揚げ〜梅塩昆布ソース〜 ちくわとキャベツのピリ辛味噌炒め 切干大根煮 サラダこんにゃくとオクラの鰹ドレッシング ポテトサラダ				

※写真はイメージです ※当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしておりません。ご了承ください。※仕入れの状況により、予告なく内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。