



10月の献立予定



NPO法人 手づくり工房「たいさんぼく」

電話:042-380-8224 FAX:042-380-8225

- ・10月の主なメニューです。
- ・無農薬野菜の入荷や仕入れの状況で変更することがございます。
- ・**パンの日**には、焼き立てパンを販売します。

		1 木	2 金	3 土	
		魚の塩焼き イカの中華炒め マカロニサラダ	具たくさん麻婆春雨 とり大根 ゴボウとちくわのきんぴら	休み	
月	6 火	7 水	8 木	9 金	10 土
定休日	パンの日	魚の照り焼き 厚揚げの味噌チャンプルー 切干大根の煮物	チキンのバターマトソテー しぐれ煮 もやしの中華和え	白身魚フライ 豚肉とナスの大葉味噌炒め ベーコンとカボチャの煮物	休み
	13 火	14 水	15 木	16 金	17 土
	パンの日	ハムカツ たっぷり野菜の塩麹炒め 豆腐チャンプルー	鮭のキノコソース かぼちゃのそぼろあん ひじき煮	厚揚げ入り回鍋肉 五目けんちん煮 モヤシとキュウリのおかか和え	休み
	20 火	21 水	22 木	23 金	24 土
	パンの日	魚の塩焼き 豚肉のチャプチェ チンゲンサイとコーンのソテー	豆腐と牛肉のオイスター炒め 和風ポトフ こんにゃくの田楽	魚の味噌漬け焼き ポークビーンズ すきこんぶ煮	休み
	27 火	28 水	29 木	30 金	31 土
	パンの日	肉だんごの中華あんかけ ウインナーと厚揚げの煮物 マカロニのトマトソース	エビフライ・イカフライ ひき肉と大根の生姜炒め もやしのゴマ和え	グリルチキンの和風ソース そぼろ肉じゃが 煮浸し	休み