

【9月】野菜がとれるおかずセット

	月	火	水	木	金	土
				1日	2日	3日
なごやかA				さばの照り焼き	えびしんじょ揚げのきのこあんかけ	ハンバーグ和風おろしポン酢
なごやかB				カツの八丁味噌ソースだれ	鶏肉の柚こしょう焼き	さわらの粕漬け焼き
満菜				チキンステーキのねぎ塩だれ	海老のチリソース、ニラの玉子とじ	
	5日	6日	7日	8日	9日	10日
なごやかA	鶏もも肉のタンドリー風	肉団子と野菜のポトフ風	さばの味噌煮	鶏肉のから揚げ葱塩だれ	豚肉と玉ねぎのケチャップ炒め	かれいの照り焼き
なごやかB	肉じゃが	ホキのカレー揚げ	野菜と鶏肉のトマト煮込み	さわらの菜種焼き	鶏肉の西京焼き	彩り野菜と牛肉煮(塩だれ)
満菜	バターチキンカレー	八宝菜	四川風麻婆豆腐	白身魚の味噌漬け焼き	ホイコーロー	
	12日	13日	14日	15日	16日	17日
なごやかA	鶏肉と野菜の黒酢あん	ホイコーロー	かじきマグロフライとアジフライ	豚肉のみそ漬け焼き	赤魚の洋風煮(アクアパッツァ風)	味噌ごま炒り豆腐
なごやかB	三色丼用セット	かれいの煮付け	ビビンバ用ナムルセット	ホキの黒胡椒マヨがけ	とんかつのとろーり玉子あんかけ	豚肉のしょうが焼き
満菜	鶏肉のから揚げ	肉じゃが	デミグラスソースハンバーグ	キーマカレー	大根おろしソースハンバーグ	
	19日	20日	21日	22日	23日	24日
なごやかA	みそかつ	豚肉焼	ホキの醤油バター風味焼き	チキンカツのおろしあんかけ	さわらの西京焼き	鶏肉のジンジャーソース
なごやかB	肉団子の甘酢あんかけ	赤魚の甘辛煮	鶏肉の梅だれのせ	シーフードシチュー	バターチキンカレー	サーモンチーズフライ
満菜	豚肉のしょうが焼き	肉豆腐	トマトソースハンバーグ	チキンカツの玉子とじあん	チンジャオロース	
	26日	27日	28日	29日	30日	10月1日
なごやかA	肉豆腐	たらの南蛮漬け	豚肉のしょうが焼き	ホキのバジルトマトソース	鶏肉のクリームソースがけ	さばの煮付け
なごやかB	鶏肉の西京焼き	豚肉のみそ漬け焼き	麻婆豆腐	鶏肉の卵とじ	さわらの粕漬け焼き	豆腐ハンバーグ和風おろしポン酢
満菜	チキンカレー	油淋鶏	さばの塩焼きと根菜入り鶏つくね	たらの彩り甘酢あん	鶏肉と野菜の黒酢あん	
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
なごやかA	牛肉の韓国風ピリ辛炒め	さわらの煮付け	鶏肉の塩麹焼き	チンジャオロース	ホキのバジルソース	肉じゃが
なごやかB	たらの柚子粕漬け焼き	キーマカレー	揚げ高野豆腐の肉みそあんかけ	赤魚の甘辛煮	牛肉の肉豆腐	さばの照り焼き
満菜	いかのオイスターソース	チキン南蛮	チキンステーキのねぎ塩だれ	海老のチリソース、ニラの玉子とじ	バターチキンカレー	