

# 【11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	4日
なごやかA			鶏肉のカレー風味から揚げ	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			デミソースハンバーグ	たらの南蛮漬け	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			バターチキンカレー	八宝菜	四川風麻婆豆腐	
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
なごやかA	みそかつ	豚肉焼	たらの醤油バター風味焼き	チキンカツのおろしあんかけ	豚肉と野菜のオイスターソース炒め	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	イカフライ
満菜	ホイコーロー	鶏肉のから揚げ	デミグラスソースハンバーグ	肉じゃが	キーマカレー	
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
なごやかA	麻婆豆腐	豚肉と長ねぎ炒め塩だれレモン風味	メンチカツ	さばの照り焼き	キーマカレー	味噌ごま炒り豆腐
なごやかB	オムレツと牛肉のデミソース仕立て	鶏肉の韓国風ピリ辛から揚げ	たらのチリソース	カツの八丁味噌ソースだれ	鶏肉の柚こしょう焼き	さわらの西京焼き
満菜	大根おろしソースハンバーグ	チンジャオロース	鶏肉と野菜の黒酢あん	チキンカツの玉子とじあん	肉豆腐	
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
なごやかA	肉豆腐	磯辺フライ	豚肉のしょうが焼き	たら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	豆腐ハンバーグ大根おろしソース
満菜	豚肉のしょうが焼き	油淋鶏	チキンカレー	さばの塩焼きと根菜入り鶏つくね	たらの彩り甘酢あん	
	27日	28日	29日	30日	12月1日	2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	ビーフハヤシ	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	牛肉の肉豆腐	赤魚の甘辛煮	あじメンチ
満菜	トマトソースハンバーグ	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	
	4日	5日	6日	7日	8日	9日
なごやかA	赤魚の煮付け	酢豚	チキンカツのおろしあんかけ	豚肉のクリームシチュー	ハンバーグのデミグラスソース	豚肉のしょうが焼き
なごやかB	とんかつ	彩り野菜と牛肉煮(塩だれ)	さばの味噌煮	鶏肉の水炊き風	味噌ごま炒り豆腐	えびカツ
満菜	バターチキンカレー	八宝菜	四川風麻婆豆腐	ホイコーロー	鶏肉のから揚げ	