

# 【7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	5日	6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	鶏肉と白菜の柚子味噌あんかけ	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	キーマカレー	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	
	8日	9日	10日	11日	12日	13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	たらの彩り甘酢あん	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	
	15日	16日	17日	18日	19日	20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	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	チキン南蛮	味噌ごま炒り豆腐	えびカツ
満菜	バターチキンカレー	海老のチリソース、ニラの玉子とじ	八宝菜	四川風麻婆豆腐	大根おろしソースハンバーグ	
	22日	23日	24日	25日	26日	27日
なごやかA	麻婆豆腐	さばの西京焼き	肉じゃが	豚肉と木耳の玉子炒め	鶏肉の照り焼き	牛肉とピーマンの炒め物
なごやかB	豚肉の照り焼き	揚げだし豆腐の野菜あんかけ	鶏肉の玉子とじ	かじきフライとアジフライ	厚揚げのそぼろあん	赤魚の粕漬け焼き
満菜	肉豆腐	チンジャオロース	チキンカツの玉子とじあん	鶏肉と野菜の黒酢あん	ホイコーロー	
	29日	30日	31日	8月1日	2日	3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	磯辺フライ
なごやかB	肉じゃが	あじメンチ	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	ビーフカレー
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	豚肉のしょうが焼き	
	5日	6日	7日	8日	9日	10日
なごやかA	鶏肉と野菜の黒酢あん	ホイコーロー	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	三色井用セット	メンチカツ	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	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	トマトソースハンバーグ	