

# 【11月】野菜がとれるおかずセット

	月	火	水	木	金	土
					1日	2日
なごやかA					ビーフハヤシ	肉じゃが
なごやかB					赤魚の甘辛煮	あじメンチ
満菜					鶏肉のから揚げ	
	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	鶏肉の粒マスタードソース	チンジャオロース	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	肉じゃが	デミグラスソースハンバーグ	豚肉のしょうが焼き	キーマカレー	油淋鶏	
	11日	12日	13日	14日	15日	16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	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	いかのオイスターソース	
	18日	19日	20日	21日	22日	23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	かれいの照り焼き	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	チキン南蛮	バターチキンカレー	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	八宝菜	
	25日	26日	27日	28日	29日	30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	イカフライ	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	大根おろしソースハンバーグ	四川風麻婆豆腐	肉じゃが	チキンカツの玉子とじあん	チンジャオロース	
	2024年12月2日	3日	4日	5日	6日	7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	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	鶏肉と野菜の黒酢あん	ホイコーロー	鶏肉のから揚げ	肉豆腐	デミグラスソースハンバーグ	