

## 献立予定表（9月）

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1
		<b>ふくふくランチ</b> 生協オリジナル商品 や取扱い商品を組み 合わせた献立です。			
3	4	5	6	7	8
さわらの山椒焼き 鶏肉と油揚げの炒め煮 キャベツとツナのだし醤油和え 豆ひじき	さばのトマト煮 さつま揚げの煮物 ブロッコリーのおかか和え 白菜松前漬	鶏肉と枝豆の醤油炒め ちくわと野菜の煮物 ほうれん草のごま和え 赤かぶ漬	旨じゃがコロッケ(カレー) 味付けミニアスパラ 白菜と豚肉の炊き合わせ 茄子の煮浸し 青菜大根漬	赤魚煮付け 塩肉じゃが きゅうりとわかめの酢の物 白菜松前漬	
10	11	12	13	14	15
白身魚煮付 揚げ茄子の鶏そぼろあん ごぼうと人参の胡麻和え 昆布豆	フィッシュカツ ふろふき大根 ほうれん草のお浸し しそ昆布	ホキの利休焼き ぜんまいの煮物 4色ナムル なすしそ風味	豚肉と茄子の生姜炒め 南瓜の小豆のいとこ煮 おくらの胡麻和え ちりめんひじき山椒	肉団子の中華煮 さつま芋と切昆布の煮物 なめこと山芋のオクラ和え ゆず大根	
17	18	19	20	21	22
<b>ふくふくランチ</b>	<b>ふくふくランチ</b>	<b>ふくふくランチ</b>	<b>ふくふくランチ</b>	<b>ふくふくランチ</b>	
24	25	26	27	28	29
豚肉と野菜の塩麴炒め 里芋の煮っころがし 茎わかめと油揚げの煮物 しそのみ漬け	六種のおでん 肉入り野菜炒め ほうれん草の中華風お浸し きゅうりの醤油漬	あじ照り焼き ちくわの煮物 茎わかめと長芋のオクラ和え うずら豆	鶏肉の菜の花の塩麴炒め くずし豆腐の親子煮 コーンとキャベツの炒め物 しそ昆布	ぶり照焼き 里芋と芋がらの親子煮 ほうれん草と椎茸のお浸し おかか昆布	

食材・人数の都合により変更になる場合があります。急な利用日の変更の場合メニューが異なることがあります。