





(株)ヤオハルフーズ



10月 Cランチ

愛知県半田市瑞穂町7-8-9  
TEL (0569) 24-3678  
フリーダイヤル 0120-393949



日	献立	日	献立
1 (月)	ミートオムレツ&メンチカツ 蒸し鶏ともやしの中華和え にんにくの芽の黒胡椒炒め 756kcal	16 (火)	ポン酢風味の野菜炒め&茄子の肉詰めフライ 大根とこんにゃくの煮物 いんげんの生姜醤油和え 655kcal
2 (火)	豚肉と白菜の中華炒め&魚の大葉ワイ・たっぷりソーライ 春雨のキムチサラダ ブロッコリーのコンソメ炒め 658kcal	17 (水)	仏印&パリッとソーッとクワソキー・おいもの三角包み揚 ひじきのお豆腐煮 蓮根とウインナーのマスタード風味サラダ 695kcal
3 (水)	塩マーボー豆腐&牛肉コロッケ 切干大根のナムル ちくわのツナ煮 736kcal	18 (木)	豚キムチ炒め&塩バター風味のフィッシュフライ ごぼうの胡麻炒め わかめとカニカマの和風和え 721kcal
4 (木)	ごまが香る鯖のフライ&じゃがいも串フライ キャベツのピリ辛和え 茄子のオランダ煮 707kcal	19 (金)	チキンカレー&野菜コロッケ ささみとマカロニのサラダ もやしのうま炒め 724kcal
5 (金)	ふんわりハンバーグトマトソースがけ&白身魚のフライ 小松菜の中華風炒め ごぼうの赤しそサラダ 735kcal	20 (土)	☆お楽しみメニュー☆
6 (土)	☆お楽しみメニュー☆	21 (日)	
7 (日)		22 (月)	とんかつ&鶏肉のポン酢サラダ いんげんの胡麻和え 春雨の和風サラダ 723kcal
8 (月)	豚肉の甘辛炒め&イカカツ 切干大根の煮物 オクラの土佐和え  687kcal	23 (火)	肉団子の南蛮風&アジフライ 切干大根のサラダ ジャーマンポテト 636kcal
9 (火)	八宝菜&春巻き・餃子 ビーフン炒め 人参としめじのポン酢炒め 710kcal	24 (水)	豚肉のちゃんちゃん炒め&ミートコロッケ ナムルもやしと山菜の和え物 枝豆とひじきのごま風味サラダ 727kcal
10 (水)	ビビンバ風炒め&ベーコン入コンソメ風味フライ 蓮根のきんぴら ひじきと鶏肉の煮物 759kcal	25 (木)	焼きそば&魚の和風竜田揚げ ☆五目釜めしご飯☆ 小松菜と鶏肉の炒め ごぼうサラダ 824kcal
11 (木)	天ぶらの盛り合わせ・天つゆ 肉団子の野菜あんかけ 糸切昆布と大豆の煮物 729kcal	26 (金)	チキン南蛮タルタルソース クリームシチュー 切干大根の炒め にんにくの芽と蒟蒻の味噌炒め 750kcal
12 (金)	豚肉のポン酢サラダ&カレーコロッケ しめじとツナのスパゲティー 小松菜のガーリック塩炒め 741kcal	27 (土)	☆お楽しみメニュー☆
13 (土)	☆お楽しみメニュー☆	28 (日)	
14 (日)		29 (月)	栗かぼちゃコロッケ&豚ロースの串カツ ミートスパゲティー わかめの玉子とし 706kcal
15 (月)	チキンカツ&ねぎ味噌つくね ひじきのそぼろ煮 もちもち水餃子 834kcal	30 (火)	麻婆春雨&魚の梅肉フライ 青菜と蒸し鶏のポン酢和え 蓮根の黒胡椒炒め 718kcal
<p>そろそろ金木犀が香る頃ですね。10月と言えば?の1000人アンケートで5位食欲の秋・4位スポーツの秋・3位運動会! 2位紅葉! 心むむむ。栄えある第1位は...ハロウィンでした♪ここ数年のハロウィンの過熱ぶりはすごいですよね。ハロウィンつながりで、某コンビニSのかぼちゃプリンがめっちゃめっちゃ美味しくてびっくりしました。カラメル部分が予想以上に苦くて2度ビックリ(´_`;) やっと爽やかな気候となりましたね。紅葉を見に山にでも行きたい今日この頃です。</p>		31 (水)	豚肉の生姜焼き&ピーマンの肉詰めフライ マカロニとハムのチョレギサラダ 竹輪のペペロンチーノ炒め  751kcal

※仕入れの都合により献立の変更がある場合がありますのでご了承下さい。  
ご飯は国内産の白米を使用しております。

※10/25(木)は五目釜めしご飯となります。通常のライスをご希望のお客様は  
お手数ですが、10/18(木)までにご連絡をお願い申し上げます。

