



さなぎの食堂仕出し弁当11月メニュー

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
鰯と大根の煮付け	牛肉とごぼうの炒め煮	お休み	真たらのムニエル クリームソース	トマトソースのハンバーグ
厚焼き玉子	高野豆腐の煮付け		じゃがいも、ベーコン、きのこの炒め物	大根とソーセージのコンソメ煮
じゃがいもと小松菜のゴマ和え	あさりと人参のおろし和え		なすと鶏肉のトマト煮	じゃがいもとりんごのサラダ
8	9	10	11	12
鯡のおろし煮	チンジャオロース	鰯のピリ辛あんかけ	豚バラ肉の生姜焼き	鮭の西京みそ焼き
きんぴらごぼう	マーボーナス	ひじきと人参の煮付け	じゃがいもとさつま揚げの煮付け	卵の花
蒸し鶏ときゅうりのサラダ	春雨サラダ	厚揚げと白菜の煮びたし	切干し大根のサラダ	カブとみょうがの梅おかか和え
15	16	17	18	19
揚げ鶏の黒酢あんかけ	きのこソースのハンバーグ	さばの味噌煮	チキン南蛮	赤魚のみりん焼き
シュウマイ	5色の豆とレンコンの みそマヨサラダ	揚げ豆腐のきのこあんかけ	里芋の煮付け	かぶの鶏そぼろあんかけ
南瓜のサラダ	さつま芋のトマト煮	イカときゅうりの酢の物	しめじと小松菜のからし和え	いんげんとパプリカの白和え
22	23	24	25	26
豚ロースとなすのみそ炒め	お休み	鰯と大根の煮付け	牛肉とごぼうの炒め煮	真たらのムニエル クリームソース
人参とちくわのきんぴら		厚焼き玉子	高野豆腐の煮付け	じゃがいも、ベーコン、きのこの炒め物
しらすときゅうりの酢の物		じゃがいもと小松菜のゴマ和え	あさりと人参のおろし和え	なすと鶏肉のトマト煮
29	30	*注意事項* ・前日18時までTELもしくはFAXでご連絡ください。 ・材料入荷の都合により、メニューの変更になる場合がありますのでご了承ください ・プラス50円でご飯大盛りにできます		
トマトソースのハンバーグ	鯡のおろし煮			
大根とソーセージのコンソメ煮	きんぴらごぼう			
じゃがいもとりんごのサラダ	蒸し鶏ときゅうりのサラダ			

特定非営利活動法人 さなぎ達

さなぎの食堂

TEL/FAX 045-662-7234 (*まずは電話にてご相談ください)

横浜市中区寿町2-7-7 神崎ビル1階

