夕食宅配サービス
うちくる
UCHIKURU SERVICE

１０月の献立表

☎083-227-2375

10月1日 火	牛肉とキノコのプルコギ風	10月8日 火	赤魚の磯辺焼き	10月15日 火	鶏のケチャップ煮	10月22日 火	赤魚の野菜あんかけ	10月29日 火	すき焼き風煮
	水餃子		フルーツ		辛子和え		フルーツ		卵焼き
	大豆の五目煮		小松菜の煮びたし		スパゲティイタリアン		もやしのベーコン炒め		スパゲティイタリアン
	高野豆腐の含め煮		里芋と豚肉の煮物		大根と豚肉のうま煮		里芋のそぼろ煮		じゃが芋のコンソメ煮
	スパゲティサラダ		カボチャサラダ		ポテトサラダ		大根サラダ		青菜のピーナッツ和え
10月2日 水	ポークチャップ	10月9日 水	とんかつ	10月16日 水	いわしフライ	10月23日 水	肉団子の酢豚風	10月30日 水	鶏肉のこってり煮
	明太スパ		マカロニサラダ		フルーツ		高菜炒め		煮豆
	ほうれん草の卵炒め		切干大根		ナスのみそ炒め		さつま芋のバター炒め		炒り豆腐
	かぼちゃ煮		白菜と春雨の中華炒め		牛肉と春雨の炒め物		マーボー豆腐		牛肉と大根のマスタード炒め
	バンバンジーサラダ		山芋とオクラの和えもの		オクラのゴマ和え		春雨の酢の物		ぬた和え
10月3日 木	タラの唐揚げキノコあん	10月10日 木	さわらのバター醤油焼き	10月17日 木	豚肉のニンニクみそ焼き	10月24日 木	サンマの竜田揚げ	10月31日 木	たらのから揚げクリームソース
	ナムル		卵焼き		シュウマイ		マカロニサラダ		ナムル
	里芋のゴマ味噌煮		豆腐のカニあんかけ		ほうれん草の卵炒め		そぼろ入り野菜炒め		里芋のゴマ味噌煮
	ナスのそぼろ煮		じゃが芋とソーセージのトマト煮込み		カボチャのそぼろ煮		冬瓜のくず煮		ナスのそぼろ煮
	クラゲの酢の物		ほうれん草のごまあえ		ピーナッツ和え		ゴマ和え		クラゲの酢の物
10月4日 金	蒸し鶏のゴマダレ	10月11日 金	焼きうどん	10月18日 金	カレイのから揚げ	10月25日 金	塩ダレ豚		
	煮豆		ジャーマンポテト		ささみと青菜の辛し和え		水餃子		
	炒り豆腐		ロールキャベツ		もやしのチャンプルー		カボチャのあんかけ		
	けんちん煮		牛肉と大根のマスタード炒め		なすの揚げ煮		がんものおろし煮		
	ピーナッツ和え		白和え		しらすの酢の物		白和え		
10月7日 月	さばの竜田揚げ	10月14日 月	ハンバーグきのこソース	10月21日 月	鶏肉の照り焼き	10月28日 月	さわらのバジル焼き		
	卵焼き		マカロニサラダ		フルーツ		春雨ときゅうりの中華サラダ		
	ナスの挽肉炒め		ビーフン炒め		スパゲティイタリアン		軟骨入り鶏つみれと青梗菜		
	肉じゃが風		白菜とミンチの中華炒め		高野豆腐の含め煮		豚すき		
	小エビの酢の物		大根とツナのサラダ		オクラとわかめの酢味噌和え		紅白なます		

※仕入れの状況によりメニューが変更となることがございますのでご了承下さい。