

月	火	水	木	金
8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日
豚肉のピカタ	アジフライ	鶏肉の照焼き	赤魚の野菜あんかけ	八宝菜
さつまいもとレーズンの煮物	ひじき煮	じゃがいものコンソメ煮 (Bポケ)	かぼちゃの和風あんかけ (Bポケ)	イタリアンスパ (Bポケット)
厚揚げと里芋の生姜煮	肉じゃが	高野豆腐と里芋の煮物	ナスとがんものおろし煮 (Cポケ)	高野豆腐と里芋の煮物
ほうれん草のごま和え	小エビと大根の酢の物	小松菜の辛し和え	ほうれん草の白和え	オクラのポン酢和え
きんぴらごぼう (A'ポケット)	焼売	かぼちゃサラダ	杏仁豆腐	鶏肉と山芋の炒め物
ポテトサラダ	スパゲティサラダ	オレンジ	オクラのごま和え	焼売
8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日
蒸し鶏のゴマダレかけ	肉団子の酢豚風	カレイの唐揚げ	鶏肉のケチャップ煮	焼肉風野菜炒め
大豆のトマト煮	ほうれん草の玉子炒め	さつまいも煮 (Bポケット)	もやしのベーコン炒め	イタリアンスパ (Bポケット)
麻婆豆腐	かぼちゃと高野豆腐の煮物	けんちん煮	大根と里芋のそぼろ煮	おでん
アスパラと肉団子のクリーム煮	バンバンジーサラダ	小エビと山芋の酢の物	アスパラガスと炒り卵のサラダ	マカロニサラダ
さつまいもサラダ	明太スパゲティ	玉子豆腐	アボカドサラダ	かぼちゃ煮 (A'ポケット)
	玉子焼き	春巻き	菜の花のごま和え	肉団子の煮物
8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日
赤魚の磯辺焼き	塩ダレ豚	鶏肉のこってり煮	ハンバーグきのこソース	アジの南蛮漬け
エビの春雨煮	かぼちゃ煮 (Bポケット)	小松菜の煮びたし	ほうれん草の玉子炒め	チンゲン菜と桜エビの炒めもの
豚肉と野菜の炒め煮	ナスとがんものおろし煮 (Cポケ)	白菜とミンチの中華炒め	高野豆腐と肉団子の煮物	肉じゃが
ほうれん草のごま和え	大根サラダ	山芋とオクラの和え物	和風スパゲティ (Dポケット)	くらげの酢の物
高菜炒め (A'ポケット)	黒豆	玉子焼き	大根とツナのサラダ	ささみとインゲンの梅肉和え
オレンジ	水餃子		オレンジ	しば漬け
8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日
豚肉のにんにく味噌焼き	カレイの唐揚げ きのこあんかけ	ポークケチャップ	チンジャオロース	タラのカレー風味揚げ
切干大根	もやし炒め	ゴーヤチャンプル	さつまいものバター炒め	ツナのあっさり煮
高野豆腐と里芋の煮物	大根とナスのうま煮	大根とがんものうま煮	じゃがいもとソーセージのトマト	豚すき
ポテトサラダ	ぬた和え	菜の花の辛し和え	ロールキャベツ (Dポケット)	小エビの酢の物
もやしとぜんまいのナムル	インゲンの辛し和え	さつまいも煮 (A'ポケット)	くらげの酢の物	黒豆
トマト	肉団子のケチャップあんかけ	塩茹で枝豆	オクラとワカメの酢味噌和え	玉子焼き
8月31日				
すき焼き風煮				
キャベツの生姜炒め				
大根と厚揚げのうま煮				
ほうれん草の白和え				
玉子豆腐				

※受け取り後は冷蔵庫にて保管ください

※21時までにはお召し上がりください

※メニューが変更となることがございます