

各位

令和4年9月22日

10月 ともしびショップ「にじ散歩」ランチメニュー

3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
炊き込みご飯	チキン南蛮	エビ天丼	ホイコーロー	マーボー豆腐
天ぷら	もやしサラダ	みそ汁	高野豆腐の煮物	卵スープ
10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
スポーツの日	ハヤシライス	鶏のから揚げ	アジフライ	酢豚
	野菜サラダ	スパゲッティ	煮たまご	わかめサラダ
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
エビフライ	ハンバーグ	キーマカレー	ソースカツ丼	コロッケ
茎わかめの煮物	煎り豆腐	野菜サラダ	みそ汁	人参サラダ
24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
揚げ出し豆腐	鳥天タルタル	鶏つくね ハンバーグ	焼き肉	ミックスフライ
さつま芋ご飯	こんにゃくの田楽	スパゲッティ	酢の物	マカロニサラダ
31 (月)				
エビ天丼				
みそ汁				