

各位

10月 ともしびショップ 「にじ散歩」 ランチメニュー

10/2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)
キーマカレー	和風ハンバーグ	天ぷら	ホイコーロー	串カツ
野菜サラダ	ジャガイモの煮物	炊き込みご飯	わかめサラダ	サツマイモの煮物
9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)
スポーツの日	天井	メンチカツ	チキン南蛮	マーボー豆腐
	みそ汁	茄子とピーマンの炒め物	キンピラ	かぼちゃの煮物
16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)
ミックスフライ	焼き肉	鶏のから揚げ	コロケ	ハンバーグ
こんにゃくのキンピラ	茎わかめの煮物	スパゲッティ	煎り豆腐	コールスロー
23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)
牛丼	酢豚	スコッチエッグ	エビフライ	カツカレー
味噌汁	こんにゃくの煮物	わかめサラダ	煮物	野菜サラダ
30 (月)	31 (火)			
アジフライ	ビーフシチュー			
マカロニサラダ	パン、サラダ			