

☆ ひろばのまんま 11月のめにゅ～予定表 ☆

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休み	A 赤魚の塩焼き B 豚の生姜焼き	祝日のため、お休み	A ブリ大根 B チキン南蛮	A シーフードグラタン B 豚キムチ	A カレイの煮つけ B キーマカレー	休み
8	9	10	11	12	13	14
休み	A サンマの塩焼き B メンチカツ	A 豆腐ハンバーグ B ポークソテー	A タラの西京焼き B 鶏の山賊焼き	A 鮭フライ B 回鍋肉	A おでん B エビフライカレー	休み
15	16	17	18	19	20	21
休み	A ブリの照焼き B かぼちゃコロッセ	A カレイの唐揚げ B 豚のチゲ鍋風煮	A さつまいもとツナのグラタン B 肉団子の甘酢あんかけ	A サンマの生姜煮 B 鶏の唐揚げ	A サバの竜田揚げ B ポークカレー	休み
22	23	24	25	26	27	28
休み	祝日のため、お休み	A サワラの蒲焼き B 焼肉	A アジフライ B 鶏天	A サバのマヨネーズ焼き B 酢豚	A 白身魚のフライ B 牛スジカレー	休み
29	30	<p>障がい者 就労支援事業所 ひろばのまんま むつ市柳町1丁目6-2 まちの駅「七福」内 TEL / FAX … 0175 - 34 - 9594 ご注文は当日<b>9：30</b>までをお願いします</p>				
休み	A 鮭のチーズ焼き B チンジャオロース					

※ めにゅ～は時季や気候不順、仕入れ状況により《変更》する場合がございます。

毎週お届けする「今週のまんま」をご覧ください。直接ご確認ください。