

☆ ひろばのまんま 9月のめにゅ～予定表 ☆

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					A ブリの唐揚げ B エビフライカレー	休み
3	4	5	6	7	8	9
休み	A サンマの塩焼き B 豚の中華風唐揚げ	A カレイのおろし煮 B 鶏の唐揚げ	A アジの生姜ネギみそ焼き B メンチカツカレー (チーズトッピング)	A マカロニグラタン B 豚しゃぶ(おろしポン酢)	A カレイの唐揚げ きのこあんかけ B チンジャオロース	休み
10	11	12	13	14	15	16
休み	A 鮭の塩焼き B 油淋鶏	A サバの味噌煮 B とんかつ	A 白身魚の天ぷら B ポークカレー	A アジの和風香味だれ B 麻婆豆腐	A 赤魚の竜田揚げ B 豚の味噌漬焼き	休み
17	18	19	20	21	22	23
休み	祝日のため、お休み	A サバの塩焼き B メンチカツ	A カレイの煮つけ B 豚の生姜焼き	A タラのチリソース B 蒸し鶏(ごまだれ)	A ブリの照焼き B コロッケカレー	休み
24	25	26	27	28	29	30
休み	A ホッケの塩焼き B 鶏天	A アジフライ B 豆腐ハンバーグ	A 揚げサワラのマリネ風 B 牛バラ焼き	A サバの野菜あんかけ B 肉豆腐	A 白身魚のフライ B 牛スジカレー	休み

※ 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。

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 TEL / FAX… 0175-34-9594

ご注文は、当日9時30分までをお願いします。