



9月 神戸三昧弁当献立



月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
トンテキ 南瓜のそぼろ餡かけ 焼き餃子 卵チャーハン	鶏肉とじゃがいもの味噌バター ごぼうサラダ オクラの酢の物 きのこご飯	鯖と根菜のスパイス焼き 南瓜サラダ ひじきの甘酢和え ふりかけご飯	ナスと豚肉のしぎ焼き 秋のポテトサラダ おでん風煮物 菜飯	鶏肉と秋野菜の香ばし味噌絡め キャベツとわかめの酢の物 小松菜ときのこの和え物 白ご飯
10	11	12	13	14
スパイシー・タンドリーチキン スパゲティサラダ 蒸ししゅうまい ふりかけご飯	ブロッコリーと牛肉のオイスターソース炒め 切り干し大根の中華和え物 大学芋 白ご飯	鮭のチャンチャン焼き風 なすの南蛮漬け 大豆サラダ わかめご飯	和風ハンバーグ 里芋のジャーマンポテト風 モヤシとカニかまの胡麻サラダ 高菜とごまの混ぜご飯	豚肉の和風おろし餡かけ 根菜の煮物 キノコサラダ ふりかけご飯
17	18	19	20	21
	白身魚の蒸しあんかけ キャベツのごま和え コロッケ 十五穀米	豚肉の柳川風 揚げ里芋のキノコあんかけ ナスと茗荷の酢の物 わかめご飯	鶏肉の磯辺唐揚げ さつま芋サラダ きゅうりとかにかまの酢の物 ふりかけご飯	牛肉と根菜の煮物 月見団子 南瓜とがんもの煮物 ひじきの炊き込みご飯
このQRコードを読み取って頂くと ポイントが貯まります!是非、ご利用下さい!	25	26	27	28
神戸食堂 はあとす。 TEL/FAX 078-360-4602 ☆ご注文お待ちしております☆ (受付時間10:00まで)	麻婆豆腐 中華クラゲの和え物 揚げ春巻き チャーハン	豚の生姜焼き 南瓜のマリネ マカロニ サラダ 高菜とごまの混ぜご飯	鯖の竜田揚げ 茄子の揚げびたし きのこ切り干し大根のサラダ しめじと鶏肉の炊き込みご飯	チキンカツ 具たっぷり卵焼き 胸肉ともやしの酢の物 ふりかけご飯