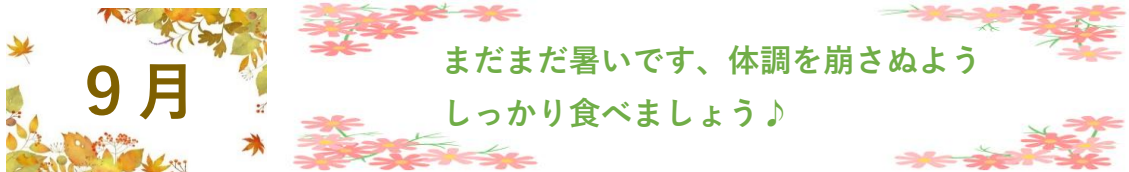


9月美笑の日替りランチ（おかず） 460円（税込）

ご予約は午前9時までに（数量限定）

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
煮込みハンバーグ れんこん金平 さつま芋とりんごのサラダ 405kcal	赤魚の唐揚げ野菜あん 鶏そぼろと切干煮 山芋とほうれん草のサラダ 354kcal	チンジャオロースー 小松菜とあさりの生姜煮 キャベツとミックス豆のサラダ 434kcal	イカフライ 絹ごし揚げ煮 白菜の梅かつお 404kcal	鶏肉の酢豚風 トロトロスクランブルエッグ キャベツとツナのサラダ 426kcal	コロッケ 筑前煮 カリフラワーのサラダ 380kcal
8	9	10	11	12	13
チキンの照り焼き しいたけとちくわの天ぷら ブロッコリーと大豆のごまドレ 355kcal	豚肉と野菜の炒め物 枝豆腐煮 春雨の辛子マヨサラダ 373kcal	鯖のゆず塩焼き けんちん煮 なすの和え物 395kcal	メンチカツ きゅうりの酢の物 玉子ロールのあんかけ 431kcal	鶏の天ぷら甘酢あん 五目煮 ニラ玉子 447kcal	アジの南蛮漬け 焼き豆腐の糸昆布煮 ミニ野菜コロッケ 420Kcal
15	16	17	18	19	20
お休み	牛肉と厚揚げ煮 里芋のきのこあん 切干大根の甘酢 389Kcal	ポークソテー 大根と揚げの煮物 山芋の三色和え 433kcal	メバルの唐揚げ 鶏とコンニャクのピリ辛炒め なすの煮浸し 359kcal	揚げシューマイのあんかけ 煮合わせ スパゲティーサラダ 411kcal	豚となすのトマト煮 炒り豆腐 コロコロポテトのサラダ 443kcal
22	23	24	25	26	27
秋野菜の天ぷら 切干大根煮 鮭の塩焼き 406Kcal	お休み	やわらかチキンカツ 里芋のごままぶし キャベツのゆず風味和え 346Kcal	牛肉のすき煮風 揚げ出し豆腐 さつま芋の甘煮 382Kcal	天ぷら ちくわとひじき煮 なすの煮浸し 412kcal	アジの唐揚げ 高野煮 ごぼうの金平 362kcal
29	30	 9月 まだまだ暑いですが、体調を崩さぬよう しっかり食べましょう♪			
ハンバーグトマトソース 大根の洋風煮 コールスローサラダ 431kcal	鶏の照り煮 厚揚げの野菜あん なすとしらす煮 447kcal				