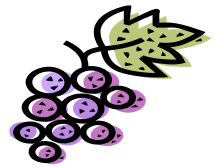


2015年 10月の惣菜メニュー

つつしが丘テポー惣菜 ポポロ



日	月	火	水	木	金	土
<p>ポポロの惣菜は… 安全なテポーの食材を使用し、 心をこめて手作りしています。 サークル・地域の集まりなどに お気軽にご利用下さい。 045-983-4282</p>		<p>秋の惣菜祭り 10月17日(土) お惣菜がいっぱい! お楽しみに!!!</p>		1	2	3
				おかめ寿司 ドライカレーランチ 和風ミートボール 茸入りクリームコロッケ 五目ひじき 里芋の白和え 中華風プルプルサラダ	シーフードドリア 峠の釜飯 天ぷら メンチカツ 秋刀魚の筒煮 治部煮風煮物 バランスお浸し 五目豆	太巻き 稲荷 助六 胡麻豆腐 かき揚げ 春巻 レバー香り揚げ 高野入り煮物 フレッシュポテサラ 鶏と枝豆入りひじきサラダ
4	5	6	7	8	9	10
	天丼 中華おこわ 肉じゃがコロッケ 白身魚の南蛮漬け 高野の友禅炊き コールスロー	太巻き 野菜あんかけ焼きそば チキンナゲット(塩レモン) 蓮根団子 イカと大根の煮物 胡麻じゃこサラダ うずら豆の煮物	チキンカツ丼 焼きそば・お好み焼きセット 鶏と野菜のピリ辛炒め 魚の立田揚げ 海老玉コロッケ 厚揚げ入りひじき煮 中華サラダ	そぼろご飯 海鮮ちぢみ キャベツメンチ 五目野菜と春雨の炒め煮 茸入りきんぴら さつま芋とパイナップルのサラダ じゃこ大豆	鶏釜飯 天むす 豚カツ 蓮根の和風バーグ 秋刀魚のピリ辛サラダ 切昆布と野菜の炒め煮 ポテトサラダ 小松菜とえのきの和え物	押し寿司稲荷セット 稲荷寿司 おはぎ かき揚げ 焼肉丼 南瓜の肉巻きフライ 手羽先甘辛揚げ 白和え 信田巻き入り煮物 茸とかぶのマリネ
11	12 体育の日	13	14	15	16	17 惣菜祭り
	栗入りおこわ 太巻 レバーの香り揚げ 唐揚げセット 秋野菜の中華炒め 柿入りなます	海老天釜飯 森のドリア カレーコロッケ 焼売 切干大根ひじき煮 卵の花サラダ 大学芋	変り散らし寿司 オムランチ 蓮の挟み揚げ 秋刀魚の筒煮 白滝と野菜の炒め煮 中華サラダ	炊き込みご飯 天丼 チキン南蛮 白身魚と春雨の辛味煮 切干と里芋の煮物 卵の花 ポテトサラダ(大豆ツナ入り)	ハンコロ丼 つな巻き寿司 鶏の揚げ饅頭 魚の南蛮漬け 筑前煮 カラフルコールスロー 紅白うずら豆	秋のピオサポ弁当 細巻き いなり寿司 牛蒡フライ かき揚げ レバーカレーフライ 春巻き 串つくね 秋野菜の炊き合わせ 七福豆 五目白和え 十目ひじき しゃきしゃき蓮根サラダ
18	19	20	21	22	23	24
	お好み焼き・焼きそばセット 秋刀魚の蒲焼き丼 鰯フライ 和風ミートボール 田舎風煮物 ツナコーンスパサラ 根菜の胡麻酢和え	峠の釜飯 マカロニグラタン 鮭のマヨネーズソース 鶏のチリソース 肉入りきんぴら 塩レモンのカップサラダ 五目豆	上海焼きそば そぼろご飯 チーズ入りハンペンフライ 野菜入りつくね 切昆布の煮物 ビーンズサラダ バンバンジー	豚肉と根菜の甘辛丼 海老マヨ太巻き 串カツ マーボー豆腐 切干大根 フレッシュマカロニサラダ えのきと小松菜の和え物	サンド握り シーフードドリア ミートコロッケ チンジャオチキン いかと大根の煮物 かぶサラダ じゃこ大豆	太巻き いなり寿司 焼鯖棒寿司 寿司三昧 栗おこわ かき揚げ イカゲソ揚げ メンチカツ 高野入り煮物 ポテトサラダ イカと春雨のピリ辛サラダ
25	26	27	28	29	30	31
	帆立の炊き込みご飯 カツ丼 春巻(白身魚のピリ辛) 焼売 莖若布の煮物 中華サラダ レバーカレーフライ	野菜あんかけ焼きそば 焼肉丼 茄子の挟みフライ チキン胡麻カツ 高野のオランダ煮 ポテトツナコーンサラダ 小松菜の和え物	海老天釜飯 ミートソースグラタン 舞茸コロッケ 中華風ミートボール 切昆布と野菜の炒め煮 切干大根の和風胡麻マヨ うずら豆の煮物	秋の散らし寿司 オムランチ ふっくらチキンメンチ ひりょうず 白滝と野菜の炒め煮 コールスロー 胡瓜と若布の酢の物	天丼 韓国風焼うどん ハンバーグセット 天ぷらセット きんぴら 南瓜サラダ ぶどう豆	キムチ焼きそば 鶏釜飯 おはぎ(餡・黄粉・胡麻) 大豆入りかき揚げ キャベツコロッケ つくね入り煮物 鶏とザーサイの和え物 秋刀魚のピリ辛サラダ

- ※ 保存料などの添加物は一切使用しておりませんのでお早めにお召上がりください。
- ※ 魚料理には骨がある場合がございます。お気をつけてお召し上がりください。
- ※ 材料の都合でメニューの内容が変更になる事があります。



984-4833

秋のピオサポ弁当

¥900 (ご予約 ¥850)

十六穀米 豆腐のふわふわ焼売 鮭の塩麹焼き 鶏ささみの胡麻焼き 七福豆

秋野菜の炊き合わせ 若布入り玉子焼き さつま芋の茶巾 しゃきしゃき蓮根サラダ