

MAIN DISH

SIDE DISH

MON 11 / 11	1) ハンバーグチーズ焼き BBQソース (1P) 2) チキン竜田揚げ 和風玉ねぎソース (3P) 3) 太刀魚のガーリック焼き (2P)	4) シェフのおすすめ野菜料理 5) ブロッコリーと紫大根のアンチョビマリネ 6) トマトとオクラの香味和風ソース 7) キャベツと蒸し鶏のシーザーサラダ 8) ケイジャンポテトサラダ 9) 大根のグリル おろしだれ 10) カレーコロケ (1P)
TUE 11 / 12	1) ハッシュドビーフ 2) バジルチキン トマトソース (3P) 3) 海老大葉チーズフライ とんかつソース (2P)	4) シェフのおすすめ野菜料理 5) トマトとインゲンのジェノベーゼ 6) キャベツとザーサイのサラダ 7) 和風春雨サラダ 8) 大根と人参の鶏そぼろ 9) もやしとほうれん草のナムル 10) 明太マヨペンネ
WED 11 / 13	1) 豆腐とチキンハンバーグ ごまソース (1P) 2) チキン竜田揚げ あら塩ソース (3P) 3) サバのガーリック焼き (1P)	4) シェフのおすすめ野菜料理 5) キャベツと塩昆布のサラダ 6) トマトと蕪 生姜の和風ビネグレットソース 7) ひじきポテトサラダ 8) キムチもやし 9) 豆腐のシーザー (1P) 10) カニクリームコロケ (1P)
THU 11 / 14	1) 牛肉の野菜炒め 2) 照り焼きチキン (3P) 3) アジフライ とんかつソース (2P)	4) シェフのおすすめ野菜料理 5) グリーンサラダ 6) トマトと玉ねぎの青しそサラダ 7) キャベツと桜海老の梅和え 8) アボカドビーンズサラダ 9) ネバネバ豆腐サラダ (1P) 10) スパイシーポテトオープン焼き
FRI 11 / 15	1) タコスミート 2) チキン竜田揚げ 和風生姜ソース (3P) 3) カジキマグロカツ おろしだれ (1P)	4) シェフのおすすめ野菜料理 5) オクラときゅうり、わかめのバジリコ 6) トマトとほうれん草のトマトガーリックマリネ 7) 旨辛ヤンニョムマヨ蓮根 8) キャベツと春雨の中華風サラダ 9) 韓国風豆腐サラダ (1P) 10) 餡かけシューマイ (1P)