



祥水園 野原ダイニング献立表

11月



予定献立です、変更されることがあります。予めご了承ください。



	日	月	火	水	木	金	土
昼食	◆◇弁当の価格について◆◇ 【昼】汁物あり…550円、汁物なし…500円 【夕】汁物あり…650円、汁物なし…600円						ごはん お袋の味さばの味噌煮 牛肉とたけのこのきんぴら 酢の物(わかめ) 吸物(素麺・ねぎ)
夕食	※注意※ ●カレーライス等汁物のないメニュー・・・ 【昼】500円、【夕】600円 ●ごはんの大盛り希望の方は別途料金(+50円)をいただきます。						ごはん 豚肉と小松菜の卵炒め マーボ春雨 みそマヨネーズ和え 粕汁
昼食	2 ごはん あじのチーズムニエル なすと豚肉のすき焼き ごまサラダ 季節先取りポトフ	3 ごはん 鶏むね肉のトマト煮 里芋の洋風煮 ハムサラダ マカロニスープ	4 さっぱりぶたぶた丼 生姜を効かせた水菜漬け 味噌汁(豆腐、切麩) 杏仁豆腐	5 ごはん 蒸しサーモンパセリクリーム添え キャベツの煮浸し りんごじゃがいもの美人サラダ 味噌汁(わかめ、大根)	6 ソフトフランス ナスとひき肉のポロネーゼパスタ 和風コールスロー 豆乳スープ 水ようかん ごはん ひじきご飯 焼き鯖 五目煮豆 中華風和え物 青菜と湯葉のかき玉スープ	7 ごはん さつまいものほくほくグラタン 鮭缶白菜煮物 クエン酸たっぷりキノコマリネ 吉野汁	8 ごはん ぶりぶりエビのフリッター 厚揚げとかぼちゃの煮物 酢の物(わかめ) 播玉汁 ごはん 鶏肉の南蛮漬け 大根の含め煮 白菜のおかか和え 味噌汁(小松菜・あげ・さと)
夕食	ごはん 柳川風煮 ナスの鍋しぎ フロッキーサラダ 豆腐のスープ	ごはん カレイのムニエル 大根の洋風煮 三度豆のサラダ 卵豆腐のすまし汁	ごはん 海鮮野菜炒め きんぴらごぼう あげと卵の酢の物 野菜ポターシュ	ごはん 煮込みハンバーグ かぼちゃのそぼろ煮 豆腐サラダ 味噌汁(ごぼう、油揚げ)	ごはん 焼き鯖 五目煮豆 中華風和え物 青菜と湯葉のかき玉スープ	ごはん 鶏肉の南蛮漬け 大根の含め煮 白菜のおかか和え 味噌汁(小松菜・あげ・さと)	ごはん 牛肉のくす煮 ひじき五目煮 もやしの四川風 石狩汁
昼食	9 どえらいうまい!柿カレー ひじきの中華サラダ スイートポテト	10 収穫の秋のちらし寿司 酢の物(チリメン) 赤だし(なめこ) 豆乳プリン	11 ごはん 彩りチンジャオロース シュウマイ 里芋のアーモンド味噌かけ きのこ汁	12 照り美味しいさんま蒲焼き丼 かにサラダ きのこのしょうがスープ カフェオレゼリー	13 ごはん 鶏むね肉の甘辛味噌炒め ひじきの炒り煮 なすのカルパッチョ 大根スープ	14 わかめおにぎり 豆乳担々麺 南瓜の含め煮 若布スープ チョコプリン	15 ごはん 洋風トマト肉じゃが 茄子の素揚げ金山寺味噌添え 酢の物(キャベツ、人参) 粕汁
夕食	ごはん 白身魚のフライ 小松菜とホタテのミルク煮 カニの酢の物 味噌汁(長葱と麩)	ごはん 鶏のゴマ焼き じゃがいものベーコン煮 大豆サラダ 清汁(榎木茸)	ごはん かぼちゃ搔揚 もやしソテー 小松菜辛子和え のつべい汁	ごはん 八宝菜 豆腐の柚子あんかけ ナムル みそ汁(かぶら・油)	ごはん 鱈カレーソース 鶏肉とかぶの煮物 カボチャサラダ(ツナ) 豚汁	金時ごはん 厚揚げの四川風煮込み 茄子の生姜煮 小松菜のなめこ和え みそ汁(玉・ふ・油)	ごはん 味噌ゆうあん焼き たますき カニかまの酢の物 みそ汁(かぶら・油)
昼食	16 ごはん 鱈の香味焼き ごぼうと揚げの卵とじ 野菜サラダ(コーン) すまし汁(豆腐と豚)	17 ごはん ひじき入りれんこんバーグ フロッキーのコンソメ煮 柿とハムのチーズサラダ すまし汁(えのき)	18 塩麩のチャーハン カニサラダ ミニラーメン いもようかん	19 ごはん 定番! 鯖の塩焼き 上品舞茸の煮ひだし フロッキーサラダ 味噌汁(小松菜・あげ・さと)	20 卵とろ〜り親子丼 ほうれん草の湯葉和え 若布スープ バナナ	21 ごはん 揚げないシンプル酢豚 卵豆腐しょうがあん マカロニ&ポテトサラダ 味噌汁(キャベツ・ちくわ)	22 ゆかりおにぎり ねぎたっぷり和風茶そばパスタ 春菊のおひだし ケンチン汁 りんごのコンポート
夕食	ごはん 牛肉と豆苗の炒め物 わかめ芋 人参の胡麻和え ケンチン汁	ごはん 鯖のマヨネーズ焼き げんちゃん炒り煮 小松菜ごま和え 水餃子	ごはん 鶏肉の竜田揚げ チンゲンサイクリーム煮 きゅうりのごま酢和え 味噌汁(マイタケ・厚揚げ)	ごはん 晩秋のビーフシチュー 豆腐サラダ はちみつ牛乳プリン	ごはん ゆかりご飯 カレイの味噌焼き なすと豚肉のすき焼き ほうれん草のツナサラダ みそ汁(白菜・サツマイモ)	ごはん ぶり照焼き 大根といかのうま煮 春雨ごま酢 白菜のしょうがスープ	ごはん 豚肉のネギ炒め キャベツ煮物 なす貝割りサラダ 味噌汁(シメジ、油あげ、若布)
昼食	23 わかめご飯 ほくほくコロック 小松菜と竹輪の煮ひだし ゴボウサラダ 春雨スープ	24 秋満喫の炊き込みご飯 豚しょうが焼き 大根のカニあんかけ なす貝割りサラダ 味噌汁(豆腐)	25 ごはん 鶏もも肉のマヨネーズ焼き 切干し大根のしょうが炒め 温野菜の和え物 かぼちゃスープ	26 孤独のグルメ、黒炒飯 さつま芋と柿のサラダ 味噌汁(長葱と麩) コーヒゼリー	27 ごはん 鮭のムニエルレモンバター風味 大根うま煮 切干とちくわのさっぱり梅和え 赤だし(なめこ)	28 みんな大好き! 中華丼 いかとごぼうの生姜甘酢炒め コンソメスープ カスタードプリン	29 ごはん いい肉屋! 焼肉天国 卵の花 小松菜の味噌和え 白菜のしょうがスープ
夕食	ごはん 鮭酒蒸し なすと豚肉のすき焼き 酢の物(キャベツ、人参) すいとん	ごはん アジの照り焼き 肉じゃが(小鉢) 春菊としめじの和え物 味噌汁(キャベツ・薩摩揚げ)	ごはん レモンでさっぱりさんまご飯 がんもの煮物 野菜ソテー 大根の酢の物 吸物(素麺)	ごはん 鶏肉のねぎソースかけ チンゲンサイの炒り煮 フロッキー胡麻和え 石狩汁	根菜カレー さらだ(ハム・卵) 豆乳きなこプリン	ごはん 鶏の紫煮 味噌煮 白菜のユズ香和え 根菜スープ	ごはん 卵辛辛焼き(フーヨーハイ) 肉じゃが大豆 ごぼうサラダ 味噌汁(ニら・モヤシ)
昼食	30 ごはん えびフライ 厚揚げとかぼちゃの煮物 切干し大根のはりはり こしる						
夕食	さつまいもご飯 豚肉のネギ炒め 大根のカニあんかけ ほうれん草と人参の浸し すまし汁(チンゲンサイ)						