



祥水園 野原ダイニング献立表

6月

予定献立ですので、変更されることがあります。
予めご了承ください。

★☆☆選択メニューははじめました！！☆☆★

平日（月～金）の昼食限定で、2種類のおかずから選んでいただけるようになりました！
お申込みの際、(A) (B) のどちらを希望されるかをお伝え下さい。



お問い合わせは
TEL：0747-32-8739
FAX：0747-32-8751
まで

	日	月	火	水	木	金	土
昼食		1 色鮮やか枝豆ピラフ (A) ひじきサラダ (B) 大葉さっぱり大根サラダ 味噌汁（小松菜・あげ） 杏仁豆腐	2 (A) 野原カメシ（焼肉丼） (B) 五條柳川丼 オクラのボン酢和え 吸物（はんぺん） ミルクかん	3 ごはん (A) 鰹塩焼き (B) 豚しょうが焼き 小松菜の卵とじ 酢の物（キャベツ、人参） 赤だし（なめこ）	4 (A) みんな大好き夏野菜カレー (B) 海の香りシーフードカレー ツナしそサラダ キウイフルーツ 	5 ごはん (A) 本場ミートローフ (B) 和風ミートローフ 肉じゃが大豆 フロッコリーのタルタルサラダ みそ汁（なめこ）	6 ごはん 豚肉のカレー炒め キャベツの洋風煮浸し カボチャマリネ 味噌汁（小松菜・あげ・さと）
夕食		ごはん 味噌汁（あん）焼き ピーマンと南瓜のきんぴら しらあえ かに玉スープ	ごはん えびフライ  茄子のミョウガ煮 ほうれん草のツナサラダ 味噌汁（長葱と麩）	ごはん 鶏の紫煮 豆腐のゆず味噌かけs なす貝割サラダ 春雨スープ	ごはん チンジャオロース かぼちゃのそぼろ煮 三度豆の卵サラダ ミニ味噌ラーメン	わかめご飯 がんもこボウ煮 青梗菜のホタテ炒め もやし大葉土佐和え すまし汁（えのき）	ごはん 鰹の和風ソテー たますき 白菜のゴママヨサラダ 吸物（はんぺん）
昼食	7 ごはん 卵辛草焼き（フーヨーハイ） 茄子のそぼろあんかけ もみうり すまし汁（マイタケ）	8 ごはん (A) 鮭のマヨボンオイル焼き (B) 鶏のマヨボンオイル焼き ひき肉と豆腐のニラ炒め きゅうりのごま酢和え 味噌汁（小松菜・あげ・さと）	9  ごはん (A) なすのミートグラタン (B) スキーマのホワイトグラタン 切干大根煮付け 小松菜の梅じゃこ和え 若布スープ	10  おにぎり (A) 初夏の冷やし中華レモンソース (B) 初夏の冷やし中華ごまソース ほうれん草の磯部和え 味噌汁（キャベツ、油揚） 豆乳抹茶寒天	11 ごはん (A) 鶏肉のバンバンジー (B) 鰹のバンバンジー ピーマン春雨 きゅうり茄子しょうが和え 味噌汁（シメジ、あげ、若布）	12 (A) 俺の肉メン (B) 私の鶏ごはん カレイのみぞれ煮 青梗菜のホタテ炒め オーロラポテトサラダ 豆乳スープ	13 ごはん 牛肉しょうが煮 キャベツ煮物 ひじきサラダ 味噌汁（モヤシ・油）
夕食	ごはん 牛肉とかぼちゃの野菜炒め 小松菜と竹輪の煮びたし ごぼうサラダ 味噌汁（里芋）	ごはん カレイの生姜あんかけ 蹄筒土佐煮 水菜とモヤシのボン酢和え 野菜スープ	ごはん ボークピカタ わかめと蓮根の炒め煮 お浸し 沢煮わん	ごはん 鶏ケチャップ煮 けんちん炒り煮 ちくわ辛子和え 吉野汁	ごはん アジの照焼き ひじきの五目煮 小松菜の味噌和え のっぺい汁	炊き込みごはん 鮭タルタルソース カレー肉じゃが  オクラのサラダ 味噌汁（ニラ・モヤシ）	ごはん 鯖の梅おろし煮 カボチャのオランダ煮（揚煮） 野菜サラダ（コーン） 根菜スープ
昼食	14 ごはん あじの大葉味噌焼き 小松菜とホタテのミルク煮 なめこのおろしあえ 味噌汁（小松菜・あげ・さと）	15  ごはん (A) 大好評！鶏のから揚げ (B) 鰹のフライレモン添え フロッコリーのコンソメ煮 ちくわ辛子和え かぼちゃポタージュ	16 ロールパン (A) 俺のナポリタン (B) 私のボロネーゼ ごぼうサラダ 小松菜のベーコンスープ りんごのコンポート	17 (A) 初夏のちらし寿司 (B) 山菜ちらし寿司 タコの酢味噌和え すまし汁（マイタケ・豆腐） オレンジゼリー	18 ごはん 夏の5色揚げ 里芋と鶏肉のうま煮 (A) 酢の物（わかめ） (B) ほうれん草のごま和え 吸物（素麺・ねぎ）	19 ごはん (A) さっぱり酢豚 (B) 定番八宝菜 冬瓜のかにあんかけ フロッコリー酢味噌和え 味噌汁（モヤシ・油）	20 ごはん 牛肉当座煮 チンゲンサイのたらこ炒め もじくの酢の物 すいとん
夕食	ごはん 豚しょうが焼き  アスパラソテー もやし胡麻和え 清汁（榎木茸）	ごはん すき焼き風煮 ジャガ芋土佐煮 トマトサラダ 味噌汁（モヤシ・油）	15穀米 焼き鯖  麩の卵とじ 三度豆のごまあえ 味噌汁（豆腐）	24 ごはん 鶏のマーマレード煮 チンゲンサイの炒り煮 大豆サラダ 掻玉汁	25 ごはん 肉じゃが  もやしソテー アスパラの梅肉和え すまし汁（えのき）	26 しめじご飯 鯖の黄身焼き 切干大根煮付け ぬた和え みそ汁（玉・ふ・油）	27 ごはん 掻揚 大根うま煮 青菜のピーナッツ風味白あえ 卵豆腐のすまし汁
昼食	21 ごはん 鶏肉のおろし煮 ピーマン甘辛煮 温野菜の和え物 きのこ汁	22 ごはん (A) 赤魚の煮付け (B) カレイの吉野揚げ もやしソテー ポテトサラダ 若布スープ	23 ごはん (A) 鶏のレモン南蛮 (B) 鰹のオレンジ南蛮 新しょうがと茄子の煮浸し 長いものサラダ ミニうどん	炊き込みごはん (A) 私のバーニャカウダ 夏野菜ver. (B) 俺の冷しゃぶ カニかまの卵とじ もやし大葉土佐和え 味噌汁（マイタケ・厚揚げ）	25 (A) がっつりカツ丼 (B) 彩り三色丼 3色ナムル 味噌汁（長葱と麩） オレンジ 	26 (A) 俺の黒カレー (B) 私のトマトたっぷりハヤシ 三つ葉のさっぱりサラダ 豆乳きなこプリン 	27 ごはん あじの香味南蛮漬け スパゲティナポリタン（小鉢） コールスローサラダ すまし汁（マイタケ）
夕食	ごはん 鰹のピカタ 味噌煮 もやしとハムの和え物 吸物（素麺・ねぎ）	ごはん 豚肉ときのこの味噌炒め フロッコリーのコンソメ煮 カニの酢の物 すまし汁（マイタケ）	24 ごはん サンマの生姜煮 マーボ春雨 オクラのサラダ  味噌汁（豆腐）	24 ごはん 鶏肉のねぎソースかけ 長芋の含め煮 小松菜辛子和え 味噌汁（長葱と麩）	25 ごはん 高野豆腐含め煮（オクラ） 野菜ソテーs カニの酢の物 きのこ汁	26 ごはん 吉野揚げ 卵の花炒り煮  ほうれん草の湯葉和え 豆乳スープ	27 ごはん 肉豆腐 大根うま煮 カボチャサラダ（ツナ） ミルクスープ