祥水園　野原ダイニング献立表

11月

★☆選択メニューはじめました！！☆★

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。
尚、どちらかが売り切れとなり、ご希望に添えない場合もございますので、ご了承下さいませ。

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

※当日注文〆切※
昼食９時半、夕食１３時半

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
昼食	ごはん 鯖のカレー煮 牛肉とたけのこのきんぴら 酢の物（わかめ） 吸物（素麺・ねぎ）	ごはん (A) ほっこりぶり大根 (B) ほっこり筑前煮 なすと豚肉のすき焼き ごまサラダ 季節先取りポトフ	ごはん 煮込みハンバーグ 里芋の洋風煮 ハムサラダ マカロニスープ	ごはん (A) 鯖塩焼き (B) 鶏のマーマレード煮 きんぴらごぼう 生姜を効かせた水菜漬け 味噌汁（豆腐、切麩）	(A) シンプル！木の葉丼 (B) みんな大好き！中華丼 りんごとじゃがいもの美人サラダ 味噌汁（わかめ、大根） 水ようかん	ごはん (A) 鱈のきのこあんかけ (B) 鱈のチリソース かぼちゃのそぼろ煮 和風コールスロー 豆乳スープ	ごはん すき焼き風煮 ナスの鍋しぎ あげと卵の酢の物 吉野汁
夕食	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	ごはん 柳川風煮 鮭缶白菜煮物 ブロッコリーサラダ 豆腐のスープ	ごはん カレイのムニエル キャベツ煮物 三度豆のサラダ 卵豆腐のすまし汁	ごはん 海鮮野菜炒め 肉じゃが（小鉢） 白菜のおかか和え 野菜ポタージュ	ごはん 鶏むね肉のトマト煮 キャベツの洋風煮浸し 豆腐サラダ 味噌汁（ごぼう、油揚げ）	ごはん 豚マヨネーズ焼き 大根の含め煮 クエン酸たっぷりキノコマリネ 味噌汁（小松菜・あげ・さと）	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
	8	9	10	11	12	13	14
昼食	ごはん 赤魚の煮付け 厚揚げとかぼちゃの煮物 チンゲンサイ辛子和え 掻玉汁	ごはん (A) なすのミートグラタン (B) ツナポテトグラタン もやしソテー ひじきの中華サラダ 根菜スープ	わかめおにぎり (A) 屋台で食べたいソース焼そば (B) こがし醤油焼きうどん 酢の物（チリメン） 赤だし（なめこ） 豆乳プリン	ごはん (A) 鶏のマヨポンホイル焼き (B) 鮭のマヨポンホイル焼き シュウマイ ナムル 味噌汁（長葱と麩）	ごはん (A) 茄子のとり掻揚げ (B) 茄子のえび掻揚げ ひじき五目煮 かにサラダ きのこのしょうがスープ	(A) わくわく三色丼 (B) アンコール！さんま蒲焼き丼 大豆サラダ 大根スープ カフェオレゼリー	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）
夕食	ごはん 牛肉のくず煮 小松菜とホタテのミルク煮 もやしの四川風 石狩汁	ごはん 白身魚のフライ 厚揚げとかぼちゃの煮物 大根の酢の物 きのこ汁	ごはん 鶏のゴマ焼き じゃがいものベーコン煮 ほうれん草と豆腐のサラダ 清汁（榎木茸）	大根とほたての炊き込みご飯 卵辛草焼き（フーヨーハイ） 肉じゃが大豆 ごぼうサラダ 味噌汁（ニラ・モヤシ）	ごはん 八宝菜 豆腐の柚子あんかけ カボチャサラダ（ツナ） みそ汁（かぶら・油）	ごはん 鯵カレーソース 鶏肉とかぶの煮物 キャベツの中華風 吸物（素麺）	ごはん 豚肉の梅大葉照り焼き 茄子の生姜煮 小松菜のなめこ和え みそ汁（玉・ふ・油）
	15	16	17	18	19	20	21
昼食	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	(A) マヨレタスチャーハン (B) キムチチャーハン なすのカルパッチョ 味噌汁（長葱と麩） コーヒーゼリー	ごはん (A) さっぱりさんまの南蛮煮 (B) 手作りタルタルのチキン南蛮 ブロッコリーのコンソメ煮 さつま芋と柿のサラダ すまし汁（えのき）	ごはん (A) お肉屋さんのコロッケ (B) ふっくらメンチカツ けんちん炒り煮 ほうれん草の湯葉和え ミニラーメン	ロールパン (A) きのこたっぷりクリームシチュー (B) きのこたっぷりビーフシチュー カニサラダ いもようかん	ごはん (A) 甘うま！回鍋肉 (B) 定番！チンジャオロース わかめ芋 ブロッコリーサラダ 味噌汁（小松菜・あげ・さと）	野菜たっぷり！ビビン丼 マカロニ＆ポテトサラダ 味噌汁（キャベツ・ちくわ） チョコプリン
夕食	わかめおにぎり 豆乳担々麺 南瓜の含め煮 若布スープ はちみつ牛乳プリン	ごはん 牛肉とかぼちゃの野菜炒め 麩の卵とじ 人参の胡麻和え ケンチン汁	ごはん 鰆のマヨネーズ焼き ひじきの炒り煮 小松菜ごま和え 水餃子	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 ぶりぶり！えびフライ キャベツ卵とじ 豆腐サラダ 若布スープ	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 高野豆腐の煮物 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）
	22	23	24	25	26	27	28
昼食	きのこたっぷり！秋カレー 春菊のおひたし りんごのコンポート	ごはん ふっくら鮭酒蒸し 小松菜と竹輪の煮びたし ごぼうサラダ 春雨スープ	秋満喫の炊き込みご飯 (A) 鰺の竜田揚げ (B) 鶏肉の竜田揚げ 大根のカニあんかけ なす貝割サラダ 味噌汁（豆腐）	(A) みんな大好き！牛丼 (B) こってり甘旨っ！豚丼 温野菜の和え物 かぼちゃスープ コーヒーゼリー	ごはん (A) お袋の味肉じゃが (B) お袋の味さばの味噌煮 切干し大根のしょうが炒め ブロッコリー胡麻和え 味噌汁（長葱と麩）	ごはん (A) 柔らかミートボール酢豚 (B) 柔らかミートボールクリーム煮 大根うま煮 白菜のユズ香和え 赤だし（なめこ）	ごはん アジの照り焼き 味噌煮 ちりめんおろし大根 すまし汁（チンゲンサイ）
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん