祥水園 野原ダイニング献立表

7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。



平日(月~金)の昼食限定で、2種類のおかすから選んでいただけます! 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。



П	B	月	火	水	木	金	İ
	_						
昼食	[9] :	◆◇弁当の価格について◇・ 汁物あり…550円、汁物なし 汁物あり…650円、汁物なし ※注意※ ーライス等汁物のないメニュ	····600円			1 ごはんり 物南南ばう でもしばりらニーブ それたファンカーフ 若布ス	2 ごはん 夏野菜のスペイン風オムレッ チンゲン菜炒め煮 キャベツゆかり和え 味噌汁(わかめ、麩)
夕食	●ごはんの大盛り ※当日	【屋】500円、【タ】600 7希望の方は別途料金(+50P 注文〆切※昼食9時半、夕食 にお召し上がりいただきます	O円 8)をいただきます。 113時半		A M A 771/M A	会けん 鶏照り焼き 小松菜と竹輪の煮びたし 人参といんげんのサラダ 吸物(卵豆腐)	こはん カレイの煮付け 厚揚げ甘辛煮 ほうれん草の湯葉和え みそ汁(玉・心・油)
	3	4	5	6	●黒9習慣●	8	9
昼食	ごはん パリッと7種の具材の春巻 もやしソテー 新玉ねぎのサラダ すまし汁(えのき)	ごはん (A) 園長大好きメンチカツ (B) みんな大好きコロッケ ごぼうと揚げの卵とじ 切干し大根のはりはり 吸物(卵豆腐)	ごはん (A) 定番!鮭の塩焼き (B) 定番!豚しょうが焼き マーボのオカカ和え みそ汁(とろろ)	あなたに会いたい七9560年旬 オーロラボテトサラダ 味噌汁(キャベツ・薩摩揚げ) すりおろしリンコ寒天	ごはんはさみ揚げ かけるの鍋しかり ひじきののかり物 もするによ	(A) いろどり三色丼 (B) 甘辛さんま浦焼き丼 カニの酢の物 掻玉汁 寒天のフルーツ寄せ	ごはん 夏の味、鯖のカレームニェル ピーマンと人参のきんびら ポテトサラダ 大根ボトフ
夕食	定番カレー 和風ツナサラダ すいか 汁無	ごはん 鰆のマヨネーズ焼き ツナじゃが 酢の物(わかめ) みそ汁(南瓜・さつまいも)	ごはん 鶏のマーマレード煮 里芋の煮物 小松菜ごま和え すいとん	ごはん 豚肉の回鍋肉 蒸しし 素しし オクラの 味噌汁 味噌汁 、卵)	太刀魚のパター醤油ソテー ゴーヤチャサラル カボチャサラダ みそ汁(小・油)	ごはん 牛肉のくす煮 たけのこのおかか煮 小松菜子和え すまし汁(えのき)	ごはん ぶり照焼き 冬瓜の生姜あんかけ こまサラダ 春雨スープ
	10	11	12	13	●赤の習慣● 14	15	16
昼食	ごはん 鱈のピカタ かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のしたし 味噌汁(ニラ・モヤシ)	(A) ポパイの夏カレー (B) オリーブのシーフードカレー ブロッコリーのタルタルサラダ ジンジャーティーゼリー 汁無	こはん(A) 鰆の大葉味噌焼き(B) 鶏の大葉味噌焼きカボチャのオランダ素 (場高) ほうれん草の3色和え 沢煮わんこはん	大根ご飯(A) おふくろの味齢争! 肉じゃが(B) お袋の味対決! 鯖のみそ煮キャベツの煮浸しサラテエスープこはん	ごはんのチリソース (A) えびのチリソース りメシのバター炒め ピラルストローネ ごはん	ごはん (A) 夏野菜炒めあっさりレモン醤油 (B) 夏野菜炒めこってり別をリソース 牛肉とたけのこのきんぴら ブロッコリーサラダ 味噌汁(ニラ、玉ねぎ)	おにぎり ^{夏バテにさっぱりネバネバ孫そば} じゃが芋のベーコン煮 長芋と長ネギのスープ 豆乳きなこブリン
夕食	复野菜チャーハン ツナサラダ 水餃子 水まんじゅう	ごはん たら甘酢煮 ピーマン春雨 もやしの四川風サラダ 長いもと長ネギのスープ	こはん ポークチャップ 厚揚げの煮物 ハムじゃがサラダ 吸物(榎木茸)	こはん _{蒸し鶏のねぎソースかけ} 野菜の煮物 オクラ胡麻和え 味噌汁(里芋)	こはん 鮭タルタルソース ブロッコリーのかにあんかけ 三度豆のごまあえ 味噌汁(わかめ、麩)	ごはん お好み焼き しろ菜の煮つけ 酢の物(チリメン) 味噌汁(小松菜・あげ・さと)	ごはん 冷やしおでん たこす 味噌汁(茄子・みょうが) 水ようかん
	17	後 60 图 18	19	20	21 👞	22	23
昼食	ごはん 赤魚の煮付け ゆばの山椒煮 酢の物(キャベツ、人参) 豆乳スープ	おにぎり海の家!屋台風やきそばカボチャと豆根・サラは増け、一ゼリー	(A) 権の焦がし醤油チャーハン (B) 私のレタスチャーハン あげと卵の酢の物 きのこ汁 ヨーグルトゼリー	ごはん	ごはん (A) ピーマン肉詰め (B) チンジャオロース ブロッコリーのかにあんかけ 三度豆のごまる、 吸物 (はんぺん)	ごはん (A) 鶏の唐揚げねぎソースかけ (B) 豚の唐揚げパシルソース 切干し大根煮物 ゆかり和え 小松菜のベーコンスープ	ごはん 鰆の香味焼き じゃがいものクリーム煮 ツナと白菜の甘酢和え カキ玉スープ
夕食	ひじきご飯 長芋と鶏肉の煮付け ぴりから煮 茄子のごま和え ^{オクラとみょうがの吸い物}	ごはん 鮭の塩焼き チンゲン菜炒め煮 トマトサラダ 味噌汁(モヤシ・小・人)	ごはん 豚ロース味噌焼き 根野菜菜分 小水ぞ子(なめこ)	ごはん カレイの生姜あんかけ キャベッとペーコンの甘酢炒め もやし大葉土佐和え 吉野汁	ごはん 親子 親げ茄子のあんかけ 春雨の酢のもの 味噌汁(里芋)	小松菜のペーコンスープ しめじご飯 さわらの照焼き 茄子カレー炒め チンゲンサイ辛子和え 味噌汁(茄子・みょうが)	ではん 酢豚 ひじきの五目煮 オクラと茄子のサラダ すいとん
	24	25	26	27	28	29	立閉型の目 30
昼食	ではん 夏の色えび掻揚げ 卯の花 春雨酢の物 味噌汁(キャベツ、油揚)	ごはん (A) 鯵ムニエル (B) 豚のムニエル 新しょうがと茄子の煮浸し 辛子和ス ケンデン汁 こはん	おにぎり (A) 大辞! 治し申単しモンソース (B) 大辞! 治し申単にまソース ほうれん草と人参の浸し とうがんの吉野汁 シナモンゼリー こはん	ごはん (A) 俺の焼肉 (B) 私の冷しゃぶ ほうれん草のバター炒め なめこのおろしあえ 味噌汁(マイタケ・厚温げ)	みょうがごはん (A) 豆腐ステーキ肉味噌かけ (B) 豆腐の赤味噌田楽 冬瓜とホタテのあんかけ煮 オクラと長芋の梅肉和え 吸物(はんぺん)	(A) 憧れのハワイ!ロコモコ丼 (B) 沖縄へ行きたいタコライス 夏野菜ピクルス 味噌汁(切干、油揚) チョコブリン	土用丑の日柳川丼 白菜ごま和え みそ汁(わかめ・じゃが) 豆乳抹茶寒天
夕食	ではん 中肉とじゃが年のハヤシ風炒め きんぴらごぼう 白菜の鮭フレーク和え ミニうどん 31	ごはん 卵辛草焼き (フーヨーハイ) 長芋と鶏肉の煮付け 酢の物 (チリメン) 掻玉汁	こはん 天ぶら(エビ、南瓜) 田舎風煮 小松菜の味噌和え 味噌汁(長葱・麩)	ごはん 鱈の西京焼き カレー肉じゃが ブロッコリーサラダ 豆腐のスープ	ごばん 牛肉と大根のどて煮風 切干し大根煮物 チンゲンサイ辛子和え 吸物(榎木茸)	ごはん 鯖のカレー煮 かぼちゃ肉そぼろ 豆腐サラダ 青菜と湯葉のかき玉スープ	ごはん 筑前煮 ピーマン春雨 酢の物(わかめ) 大根スープ
昼食	ごはん 夏のお祭り! ミートグラタン たけのこのきんぴら 小松菜の味噌和え すまし汁(えのき)			【お知らせ】 レドックスメニュー始めました! 祥水園新設!スポーツジムMiracleとのコラボ企画★			
夕食	ごはん 鮭味噌マヨネーズ 豆腐の卵とじ 野菜サラダ(コーン) 根菜スープ			【毎週木曜日の昼食にて】 様々な色をテーマに、身体が錆びない アンチエイジングの為のお弁当を考案しました! ご注文お待ちしております♪			