祥水園　野原ダイニング献立表

9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。

★☆選択メニューについて☆★

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。

お問い合わせは
TEL：0747-32-8739
FAX：0747-32-8751
ブログ：
http://www.shousuien.or.jp/

◆◇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

※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。
※当日注文〆切※昼食９時半、夕食１３時半
※配達後2時間以内にお召し上がりいただきますようお願い致します。
※弁当箱等紛失された場合、料金を頂戴することがございますのでご了承ください。

	日	月	火	水	木	金	土
					●白の習慣● 1	2	3
昼食					(A) スタミナ肉みそとろろ丼 (B) 色鮮やかなシャケとろろ丼 白菜ゆかり和え 味噌汁（里芋） 豆乳きなこプリン	ごはん (A) やっぱり鮭南蛮 (B) さっぱり鶏南蛮 ジャーマンポテト 大豆サラダ 春雨スープ	ごはん クリームシチュー ブロッコリー胡麻和え いもようかん
夕食					洋風炊き込みごはん カレイのバター醤油ソテー 玉ねぎの卵とじ 茄子のごま和え すいとん	ごはん 大根と牛肉のすき煮 アスパラの煮浸し もやし胡麻和え みそ汁（とろろ）	ごはん あっさり赤魚の煮付け ベーコンニラ炒め 春雨サラダ のっぺい汁
	4	5	6	7	●黒の習慣● 8	重陽(菊)の節句 9	10
昼食	ごはん ぶりぶり！えびフライ 厚揚げとみょうがの炒め煮 オクラとわかめのさっぱりサラダ みそ汁（白菜）	おにぎり (A) まろやか豆乳担々麺 (B) 定番冷やし中華 小松菜辛子和え 若布スープ パインヨーグルトゼリー	ごはん (A) 鶏肉の唐揚げ (B) カレイの唐揚げ 大根の洋風煮 キャベツオカカ和え きのこ汁	ごはん (A) 甘旨！回鍋肉 (B) コク旨！キャベツハ宝菜 チンゲンサイクリーム煮 きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁（豆腐）	ごはん (A) 麻婆ナス (B) 鶏とナスのバンバンジー シューマイの黒酢あんかけ レタスとみょうがの海苔サラダ すまし汁（マイタケ・豆腐）	ごはん さわらの塩焼き 3色パプリカの炒め物 ほうれん草の菊和え 味噌汁（キャベツ・薩摩揚げ）	ロールパン 定番ナポリタン ポテトサラダ コーンクリームスープ チョコプリン
夕食	ごはん フーヨーハイのあんかけ 冬瓜のえびあんかけ きゅうりのごま酢和え 沢煮わん	ごはん 鰆のマヨネーズ焼き 長芋の含め煮 酢の物（チリメン） 豚汁	ごはん 冷しゃぶ 南瓜のカレーそぼろ煮 ほうれん草のツナサラダ 素麺みそ汁	ごはん 牛肉当座煮 厚揚げとみょうがの炒め煮 小松菜の味噌和え 石狩汁	ごはん 白身魚のカレー焼き 根野菜の煮付け スパゲティサラダ 掻玉汁	ごはん 鶏照り焼き キャベツとカニかまの炒め物 なめこのおろしあえ かぼちゃスープ	ごはん お好み焼き 野菜の煮物 三度豆のごまあえ オクラのかき玉スープ
	11	12	13	14	●黄の習慣● 15	16	17
昼食	ひじきご飯 鶏の紫煮 大根のゴマ煮 酢の物（チリメン） キノコ卵スープ	ごはん (A) イタリアンオムレツ (B) 和風オムレツ 南瓜の含め煮 キャベツの中華風 水餃子	(A) 甘辛！牛丼 (B) 旨塩！豚丼 豆腐サラダ 赤だし（なめこ） ごまプリン	ごはん (A) シンプル鯖の塩焼き (B) シンプル鯖のみそ煮 ひき肉と豆腐のニラ炒め ほうれん草とえのきの浸し 豆乳スープ	ごはん 今夜は十五夜！巣ごもり卵 里芋の煮っころがし コールスロー風サラダ 清汁（榎木茸） 十五夜	ごはん (A) 味噌バタ肉じゃが (B) 鱈のムニエルバター醤油 きのこのしぐれ煮 ビーンズサラダ 掻玉汁	ごはん お肉屋さんのコロッケ 白菜と薩摩揚げの煮浸し なす貝割サラダ 大根スープ
夕食	ごはん ぶり照焼き カレー肉じゃが カボチャサラダ（ツナ） のっぺい汁	ごはん 豚肉の梅大葉照り焼き マーボ春雨 中華風和え物 味噌汁（大根・油）	ごはん 鮭味噌マヨネーズ ピーマン春雨 もやしの四川風 味噌汁（茄子・みょうが）	ごはん 海鮮野菜炒め 長芋の含め煮 かにサラダ 飛鳥汁	さよなら夏のロコモコ丼 ほうれん草の3色和え 吸物（はんぺん） りんごのコンポート	ごはん ゆで鶏の練り味噌かけ 小松菜と竹輪の煮びたし トマトレタスサラダ 八宝汁	ごはん 柳川風煮 ピーマンと南瓜のきんぴら もやし大葉土佐和え 吸物（榎木茸）
	18	敬老の日 19	20	21	●赤の習慣● 22	23	24
昼食	炊き込みごはん 秋の味覚さんまの塩焼き チンゲンサイの葛煮 ほうれん草の磯部和え みそ汁（わかめ・じゃがいも）	長寿祝いちらし 茄子のそぼろあんかけ すまし汁（えのき） お祝いまんじゅう	ごはん 寿高野豆腐の炊き合わせ 小松菜の卵とじ ほうれん草白和え 若布スープ	ごはん グリル風焼き肉 卯の花炒り煮 オクラと長芋の梅肉和え 味噌汁（長葱と麩）	ごはん めでタイ！鯛の塩焼き かぼちゃと茄子の煮物 紅白なます 赤だし（なめこ） お彼岸のミニおはぎ	ごはん 秋のお祝い天ぷら 大根の含め煮 ほうれん草のお浸し 吸物（素麺・ねぎ）	ごはん ほっこり筑前煮 ゆばの山椒煮 ほうれん草のごま和え とうがんの吉野汁
夕食	やみつきツナチャーハン ブロッコリーのコンソメ煮 赤だし（なめこ） オレンジゼリー	赤飯 天ぷら（エビ、南瓜、茄子） 大根の含め煮 タコの酢味噌和え みそ汁（玉・ふ・油） お祝いデザート	ごはん 鮭タルタルソース 白菜と豚肉の煮物 マカロニサラダ 野菜スープ	ごはん アジの利休焼き 里芋田楽 白菜のゴママヨサラダ 味噌汁（豆腐、わかめ）	ごはん 豚肉のスタミナ炒め タケノコの山椒煮 カニの酢の物 吸物（卵豆腐） お彼岸のミニおはぎ 秋分の日	ごはん 牛肉のくず煮 根野菜の煮付け もみうり 掻玉汁	ごはん 赤魚の甘酢あんかけ なす田楽 ひじきサラダ 味噌汁（大根・わかめ）
	25	26	27	28	●緑の習慣● 29	30	
昼食	ごはん 鱈のクリーム煮 茄子カレー炒め 春雨ごま酢 ニラ玉スープ	(A) がっつり牛すじカレー (B) あっさり野菜カレー ほうれん草の土佐和え 豆乳抹茶寒天	ごはん (A) 鰆のマヨネーズ焼き (B) 鶏マヨネーズ焼き きんぴらごぼう とうがんのサラダ 味噌汁（豆腐）	ごはん (A) こってりデミグラスハンバーグ (B) さっぱり和風ハンバーグ キャベツの洋風煮浸し サツマイモサラダ 卵のすまし汁	ごはん (A) 野菜たっぷりニラ玉 (B) 野菜たっぷりゴーヤ玉 チンゲンサイの中華風炒め 三度豆のごまあえ とうがんの吉野汁	わかめご飯 (A) マカロニのホワイトグラタン (B) なすのミートグラタン キノコのおろし和え みそ汁（わかめ・じゃがいも） 栗ようかん	
夕食	おにぎり ソース焼そば 青菜のひじき和え すまし汁（マイタケ・豆腐） 杏仁豆腐	ごはん 太刀魚のバター醤油ソテー ひじきの五目煮 オクラの酢醤油かけ 吸物（卵豆腐）	ごはん さつまいものかき揚げ なべしぎ たこす カキ玉スープ	みんな大好き！栗ご飯 白身魚のあんかけ ごんざ ちくわ辛子和え みそ汁（えのき）	ごはん チキン南蛮 ぜんまいの煮物 ほうれん草のツナ和え 味噌汁（モヤシ・油）	ごはん 高野豆腐卵とじ 厚揚げの煮物 カボチャサラダ（ツナ） 吸物（素麺）	