



祥水園 野原ダイニング献立表

6月



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

【 お知らせ 】

6月6日のポロネーゼには米粉パンがついています。
米粉を使ったパンで、玄米が入ったとってもヘルシーで、もちもち食感がクセになるパンにです。
皆さん是非ご賞味ください♪

※当日注文×切※
昼食9時半、夕食13時半

	日	月	火	水	木	金	土	
						●黄の習慣● 1	2	
昼食	<p>◆◇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</p> <p>●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。 ※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下さい。</p>						ごはん 枝豆入り初夏のオムレツ カボチャのカレーそぼろ煮 ブロッコリーとコーンのツナサラダ もやしスープ	ごはん ポークチャップ チンゲン菜の塩炒め キャベツとハムのカレー和え 三つ葉と竹輪のすまし汁
夕食	<p>●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。 ※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下さい。</p>						竹の子御飯 カレーの煮付け 高野豆腐とひじきの煮物 小松菜辛子和え 味噌汁 (茄子・みょうが)	ごはん 鶏の紫煮 大根うま煮 白菜のおかか和え すまし汁 (マイタゲ・豆腐)
	3	4	5	6	7	●赤の習慣● 8	9	
昼食	ごはん 鯖の塩焼き 白菜のそぼろ煮 春雨の酢のもの 赤出し (小松菜・麩)	ごはん 鶏のから揚げネギソースかけ ジャーマンポテト ひじきサラダ 青菜と湯葉のかき玉スープ	ごはん 豚しょうが焼き 小松菜と湯葉の煮浸し 白菜と桜えびの和え物 豆腐のすまし汁	野菜の米粉パン 私のポロネーゼ ひじきと枝豆のサラダ レタススープ フチケーキ	アサリの炊き込みご飯 鯖の梅煮 なすと豚肉のすき焼き ブロッコリーのおかか和え 沢煮わん	ごはん トマトたっぷりなすのミートグラタン カラフルジャーマンポテト かにサラダ 豆乳スープ	ごはん 肉じゃが ゆばの山椒煮 ブロッコリーサラダ 赤出し (ほうれん草)	
夕食	高野豆腐卵とし 豚肉の野菜炒め なす貝割りサラダ 石狩汁	ごはん ポークピカタ 大根のゴマ煮 大豆サラダ 吸物 (糠木茸)	ごはん 親子煮 路と竹の子の金平 もみうり すまし汁 (大根)	ごはん 鶏肉のカレー煮 チンゲン菜の卵炒め キャベツのツナ和え ミソうどん	ごはん ミートローフ キャベツの洋風煮浸し ほうれん草のゴママヨ和え 湯葉のかき玉スープ	ごはん カボチャコロッケ マイタゲの卵とし ひじきと青じそのサラダ 味噌汁 (大根・ちくわ)	ごはん さんまの塩焼き もやし卵とし ほうれん草の土佐和え すまし汁 (マイタゲ)	
	10	11	12	13	14	●緑の習慣● 15	16	
昼食	ごはん 豚肉ときこの味噌炒め ひじきの五目煮 小松菜の梅じゃこ和え 春雨スープ	夏に向かって焼き肉丼! 大根のレモンサラダ 豆腐のスープ 杏仁豆腐	海苔オカカご飯 定番! 鯖の塩焼き 卵焼き (付け合わせ) ひじきとゴボウの金平 お浸し 豚汁	ごはん 鶏のバリバリレモンソース 夏野菜のあっさり煮 シューマイモサラダ 味噌汁 (小松菜・あげ)	夏野菜のカレー 茄子ときゅうりのサラダ フチケーキ (オレンジ) 汁無	枝豆ご飯 チンジャオロース 小松菜と湯葉の煮浸し ブロッコリー・胡麻和え すまし汁 (豆腐・ネギ)	ごはん アジフライ 切干大根の煮物 カボチャサラダ (ツナ) オクラとみょうがの吸い物	
夕食	ごはん マーボ豆腐 シューマイ ツナしそサラダ もやしの中華スープ	ごはん 鶏照り焼き なすの味噌かけ 白菜と湯葉のお浸し すまし汁 (マイタゲと油揚げ)	ごはん 豚肉のスタミナ炒め カニかまの卵とし オクラのサラダ すまし汁 (法蓮草)	ごはん えびフライ チンゲン菜の塩炒め 三度豆の卵サラダ 根菜スープ	ごはん 豚のネギ味噌焼き チンゲン菜と小エビのソテー 大根と竹輪の梅和え とうがんの吉野汁	ごはん 豚肉のおろし煮 かぼちゃの煮物 茄子と三度豆のみそ和え すまし汁 (ほうれん草・揚げ)	十五穀米 鶏ケチャップ煮 野菜ソテー 酢の物 (わかめ) 味噌汁 (豆腐)	
	17	18	19	20	21	●白の習慣● 22	23	
昼食	ハヤシライス 枝豆とツナのサラダ フチケーキ 汁無	ごはん 梅雨をぶっとばせ! 豚カツ 小松菜と湯葉の煮びたし 大根のカラフルサラダ 茄子とネギのスープ	鮭ときゅうりのちらし寿司 チンゲンサイ辛子和え 赤出し (茄子) 紫陽花まんじゅう	ごはん 大きなコロッケ キャベツと桜えびの煮浸し もやしのゴママヨサラダ 味噌汁 (なすと葱)	ごはん お袋の味噌の塩焼き キャベツと黒キクラゲの卵炒め ほうれん草とえのきの浸し 玄米粉のミソうどん	妻ごはんで鮭の山かけ丼 白菜と桜えびの和え物 根菜豚汁 よもぎ風味大福	ごはん メンチカツ 切干大根煮付け 小松菜とコーンのマヨ和え 味噌汁 (大根・わかめ)	
夕食	ごはん 肉豆腐 厚揚げとキャベツの胡麻味噌炒め もやしと竹輪の辛し和え 掻玉汁	わかめご飯 鯖のマヨネーズ焼き 里芋と鶏肉のうま煮 白菜梅しそ和え すまし汁 (マイタゲ・厚揚げ)	ごはん 鶏肉のねぎソースかけ 大根のカニあんかけ 三度豆の味噌和え キノコ卵スープ	ごはん 豚肉の梅大葉照り焼き カレー肉じゃがが 生揚げとワケギの酢和え ミニそば	ごはん チキンピカタ 茄子のミョウガ煮 カニかまの酢の物 味噌汁 (小松菜・ちくわ)	ごはん プルコギ 小松菜の卵とし ちくわ辛子和え 豆腐とワカメのすまし汁	ごはん ひろうすの煮付け 茄子のそぼろあんかけ 三度豆の梅オカカ和え すまし汁 (チンゲンサイとちくわ)	
	24	25	26	27	28	29	30	
昼食	ごはん キャベツ八宝菜 ピーマン春雨 3色ナムル 冬瓜ホタテスープ	ごはん みんな大好き! ハンバーグ カボチャのミルク煮 大根のゴマサラダ 夏野菜スープ	ごはん 鱈の南蛮漬け 塩麹肉じゃが ごまサラダ 吸物 (素麺・ねぎ)	ごはん 夏野菜の天ぷら スッキニーの炒め物 ちりめんおろし大根 すまし汁 (えのき)	ごはん さっぱり酢豚 春雨と黒キクラゲの中華炒め キャベツと桜えびの和え物 水餃子	ごはん 黒キクラゲ入り冷しゃぶ なべしき もやしと竹輪の辛し和え ニラ玉スープ	ごはん シューマイ弁当 ミニ八宝菜 ひじきの中華サラダ 法蓮草のかき玉スープ	
夕食	ごはん サンマの生姜煮 白菜と厚揚げの煮物 青梗菜辛子和え 味噌汁 (わかめ、麩)	ごはん 鶏肉のパン粉焼き キャベツとベーコンの甘酢炒め もやし大葉土佐和え きのこ汁	みょうがごはん 卵辛子焼き (フーヨーハイ) 大根のそぼろ煮 キャベツ辛子和え (ローズハム) みそ汁 (玉・豆)	ごはん カレーの味噌焼き 茄子ベーコン炒め オクラ胡麻和え ケンチン汁	ごはん 牛肉当座煮 チンゲン菜の塩炒め 三度豆のサラダ 卵豆腐のすまし汁	ごはん 鶏肉のねぎ味噌焼き じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の浸し 吸物 (素麺・揚げ)	ごはん 赤魚の味噌煮 野菜炒め 三度豆のごまあえ のっぺい汁	