祥水園　野原ダイニング献立表

1月

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

※当日注文〆切※
昼食９時半、夕食１３時半

お正月　三が日限定！　特別メニュー
１月１～３日のお昼は、お正月特別メニューとなっております！
○● おかず…900円、ごはん…100円、汁物…50円 ●○
※通常の価格と異なりますので、ご注意下さい※

◆◇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。
※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。

	日	月	火	水	木	金	土
						●緑の習慣	
			1	2	3	4	5
昼食			赤飯 鯛の塩焼き 筑前煮（小鉢） 紅白なます 牛肉のゴボウ巻 えびかまぼこ 黒豆、寿かまぼこ、伊達巻 雑煮風（みそ） 干支まんじゅう	赤飯 正月天ぷら 大根のホタテあんかけ 白菜の柚の香和え さつまいものゴマ煮 黒豆、干支かまぼこ、数の子 雑煮風（すまし） 梅花まんじゅう	赤飯 祝い高野の炊き合わせ 揚げ茄子のあんかけ ほうれん草の湯葉和え チキンロール 黒豆、寿かまぼこ、数の子 すまし汁 柚子まんじゅう	ごはん ピーマンの手まり揚げ ﾁﾝｹﾞﾝ菜とひじきの煮浸し もみうり すまし汁 ラッキーコインチョコ	ごはん 豚肉のスタミナ炒め もやしの卵とじ 白菜サラダ すまし汁
夕食			ごはん やわらかミートローフ カボチャとベーコンの煮物 カニサラダ すまし汁	ごはん ブリの照り焼き ゆり根の卵とじ 酢の物（キャベツ、人参） みそ汁（かぶら、油あげ）	鮭とエビのちらし寿司 春菊としめじの和え物 赤出し（わかめ） プチデザート	ごはん 鶏照り焼き 里芋のうま煮 ケチャップマカロニサラダ ミニそば	ごはん 鯖の味噌煮 野菜ソテー 春雨の酢のもの 吸物（はんぺん）
	6	7 人日の節句	8	9	10	11 ●白の習慣●	12
昼食	ごはん 親子煮 パプリカの金平 白菜のおかか和え すまし汁	七草の炊き込みご飯 金時人参のオムレツ 白菜と豚肉の煮物 豆腐とトマトの梅サラダ 味噌汁	冬の男ﾒｼ　ﾘｰｽかつ丼 大根サラダ すまし汁（白菜）	野菜の米粉パン サツマイモのｸﾘｰﾑｼﾁｭｰ ツナしそサラダ プチチーズケーキ 汁無	玄米ごはん 鮭のマヨポンホイル焼き ジャーマンポテト カニかまの酢の物 すまし汁	ごはん 鶏肉と冬野菜のホワイトグラタン もやしソテー 白菜のユズ香和え すまし汁	ごはん 豚肉ときのこの味噌炒め かに玉の炒り豆腐 三度豆のごまあえ すまし汁
夕食	ごはん 牛肉のくず煮 切干し大根煮物 小松菜と桜えびの和え物 味噌汁	七草ごはん 酢豚 チンゲン菜と小エビのソテー ひじきサラダ 味噌汁（大根・油あげ）	ごはん 鮭の塩焼き 高野豆腐の煮物 なべしぎ すまし汁	ごはん 豚しょうが焼き 大根と揚げの炊いたん 小松菜とエリンギのピリ辛和え 吸物（素麺・三つ葉）	ごはん 鶏の唐揚げ ぜんまいの炊いたん 春菊のおひたし 味噌汁	ごはん 牛スジ肉と大根のどて煮風 いんげんのバターソテー 酢の物（わかめ） すまし汁	ごはん 鰆の塩焼き 厚揚げとかぼちゃの煮物 小松菜とコーンのマヨポン和え 味噌汁（モヤシ・ワカメ）
	13	14	15 小正月	16	17	●黒の習慣●	19
昼食	ごはん 肉豆腐 パプリカのツナ炒め なす貝割サラダ 吸物（素麺・ねぎ）	成人の日おめでとう！ 野原カメシ（焼き肉丼） 大根の紅白サラダ すまし汁 杏仁豆腐	小正月！あずきご飯 すき焼き煮　温玉乗せ 蕗土佐煮 酢の物（チリメン） 味噌汁	ビーフカレー 大根のカラフルサラダ プチケーキ 汁無	玄米ごはん 焼き鯖 キャベツと黒キクラゲの卵炒め ほうれん草の磯部和え すまし汁	玄米ご飯のロコモコ丼 パプリカサラダ すまし汁 プチデザート	ごはん 鶏の紫煮 大根の柚子味噌煮 もやしのゴママヨサラダ かき玉汁
夕食	ごはん 鶏肉と野菜のうま煮 チンゲン菜の塩炒め もやし大葉土佐和え 味噌汁	ごはん 八宝菜 シュウマイ キャベツの四川風サラダ かき玉汁	小正月！あずきご飯 えびチリ チンゲン菜ソテー もやしのナムル すまし汁（チンゲンサイ）	ごはん ブリの照り焼き 小松菜の卵炒め ひじき三杯酢 味噌汁	ごはん 園長大好きメンチカツ チンゲン菜炒め煮 白菜のゴママヨサラダ 赤だし（なめこ）	ごはん 赤魚の味噌煮 じゃが芋そぼろ煮 三度豆の梅オカカ和え すまし汁	ごはん 豚肉のネギ炒め ぜんまいの煮物 小松菜辛子和え すまし汁（榎木茸）
	20	21	22	23	24	25 ●黄の習慣●	26
昼食	ごはん 他人煮 ピーマン甘辛煮 もやし胡麻和え すまし汁（マイタケ）	冬の女メシ！ カフェ風ハヤシライス ブロッコリーのゴママヨサラダ プチケーキ 汁無	ごはん 冬野菜揚げ 大根と揚げの煮物 春雨サラダ 赤出し	冬の炊き込みご飯 鰆の黄身焼き 白菜の柚子煮 もやしのごま酢和え 味噌汁	玄米ごはん えびフライ 大根のポトフ煮 豆腐サラダ すまし汁（えのき）	ごはん みんな大好きコーンコロッケ 白菜と柚子の煮物 卵サラダ すまし汁	ごはん 鶏ケチャップ煮 ゴボウの味噌きんぴら カボチャサラダ（ツナ） すまし汁
夕食	ごはん さんまの塩焼き カニかまの卵とじ みそマヨネーズ和え みそ汁（なめこ）	ごはん 冬便り　みんな大好きおでん 味噌汁	ごはん ポークピカタ インゲンの金平 ハムじゃがサラダ 味噌汁	ごはん 鶏のゴマ焼き ごぼうと揚げの卵とじ キャベツゆかり和え すまし汁（そうめん）	ごはん お袋の味肉じゃが シメジのバター炒め ほうれん草の3色和え 味噌汁	ごはん 吉野揚げ 高野豆腐とひじきの煮物 小松菜のなめこ和え 味噌汁	ごはん カレイの煮付け 厚揚げ野菜炒め 春雨酢の物 味噌汁
	27	28	29	30	31		
昼食	ごはん 豚肉のすき煮 ひじきとゴボウの金平 マカロニ卵サラダ すまし汁	玄米ごはん アジフライ 切干し大根の味噌煮 三度豆のサラダ すまし汁	十五穀米のおにぎり 屋台の味！ソース焼きそば ひじきのゴママヨサラダ 汁無	玄米ごはん アンコール！手ごねハンバーグ 大根の洋風煮 ほうれん草のしたし かき玉汁	卵とろーり親子どんぶり 白菜のごま和え すまし汁		
夕食	ごはん マーボー厚揚げ もやしとツナのソテー なすの梅和え 味噌汁	ごはん 大きなエビシュウマイ 肉だんごと白菜の中華風煮物 ひじきの中華サラダ 味噌汁	ごはん シソ入りミニチキンカツ 白菜のくず煮 三度豆の味噌和え みそ汁（えのき）	ごはん 鰺の南蛮漬け なすと豚肉のすき焼き ブロッコリー胡麻和え 素麺みそ汁	ごはん 豚肉の梅大葉照り焼き ひじきと切干し大根の煮物 野菜サラダ（コーン） 味噌汁		