



# 祥水園 野原ダイニング献立表

## 4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×切※  
昼食9時半、夕食13時半

今月より、「お味噌汁、すまし汁」の汁物が廃止となりました。  
楽しみにしていただいておりました皆様には大変申し訳ありませんが、ご理解の程お願い致します。  
これからも格別のお引き立てを賜りますようお願い申し上げます。  
玄米ご飯は、月・水・木の週3回提供させて頂いております。  
是非ご注文下さい。

	日	月	火	水	木	金	土		
昼食		1 ルッコラを応援！ 竹の子ご飯（玄米） えびフライ 高野豆腐と春野菜の炊き合せ 白菜と桜えびの和え物	2 確かにNo.1！ 海鮮ミックス焼きそば もやしの卵サラダ	3 玄米ごはん みんな大好き鶏の唐揚げ 大根の洋風煮 春キャベツのサラダ	4 例えばNo.1！ 親子丼（玄米） ほうれん草と人参の浸し	●黄の習慣● ごはん 桜比と菜の花の春一杯卵焼き 白菜と袖子の味噌煮 カボチャサラダ（ツナ）	6 ごはん 肉豆腐 タケノコのお味噌煮 菜の花のごまあえ		
夕食		ごはん 鶏のバリレモンソース 大根のゴマ煮 カニかまの酢の物	ごはん 大きなロケット ごぼうと揚げの卵とじ 菜の花辛子和え	ごはん 鶏のマヨネーズ焼き 小松菜の卵炒め 三度豆の味噌和え	ごはん チンジャオロース 肉だんごと青菜の中華風煮物 ひじきと枝豆の中華サラダ	●赤の習慣● ごはん 私の情熱！えびチリ チンゲン菜の塩炒め 春雨の酢のもの	ごはん 豚肉ときのこの味噌炒め 大根と薩摩揚げの煮物 菜の花のごまあえ		
昼食	7 玄米牛すじカレー キャベツサラダ	8 十五穀米 鱈のピカタ じゃが芋とそぼろの甘辛煮 野菜サラダ（コーン）	9 ごはん 中西君おん！ 小江とじゃが揚げ 小松菜の煮浸し 大根なます	10 男のプライド さんま蒲焼丼（玄米） 菜の花辛し和え	11 玄米ごはん 女心とホワイトグラタン キャベツの卵炒め 酢の物（わかめ）	●赤の習慣● ごはん 私の情熱！えびチリ チンゲン菜の塩炒め 春雨の酢のもの	13 ごはん お肉屋さんのロケット こんご ツナしそサラダ		
夕食	ごはん 豚肉の梅大葉照り焼き 麩の卵とじ ブロッコリーおかつ和え	ごはん 淡い男の豚肉のネギ炒め 白菜とエビの煮物 もみり	ごはん 智ちゃんオススメ肉じゃが 露と竹の子のきんぴら ひじきと青じそのサラダ	ごはん 鶏のコマみそ焼き かぼちゃの詰め煮 春菊としめじの和え物	ごはん ビーマンの手まり揚げ 白菜卵とじ もやし胡麻和え	●赤の習慣● ごはん 私の情熱！えびチリ チンゲン菜の塩炒め 春雨の酢のもの	ごはん すき焼き風煮 菜の花のバター炒め 三度豆のごまあえ		
昼食	14 ごはん 親子煮 インゲンの金平 白菜のゴマヨサラダ	15 おかけさまで5周年！ 感謝のお赤飯 赤字覚悟の焼き肉ガッル 小松菜と厚揚げの煮浸し 大根のカラフルサラダ	16 ごはん 王者の風格！ 手ごねハンバーグ ジャーマンポテト ビーンズサラダ	17 玄米ごはん アンコール！ 鮭のマヨポンホイル焼き 大根のそぼろあんかけ 小松菜の梅じゅこ和え 春一杯のちらし寿司 ちくわ辛子和え	18 玄米ごはん ケイコのお勧め！ なすのミートグラタン キャベツの洋風煮 菜の花のサラダ	●緑の習慣● ポパイとオリーブの法蓮草カレー ひじきの青じそサラダ	20 ごはん 焼き鯖 じゃが芋とそぼろ煮 青梗菜辛子和え		
夕食	ごはん カレーの煮付け 大根と豚ハラの味噌煮 豆腐サラダ	ごはん お袋の味 鯖のみそ煮 白菜のそぼろ煮 ブロッコリー胡麻ポン和え	ごはん 八宝菜 いんげんのバターソテー 春雨の酢のもの	ごはん 鶏のちらし寿司 ちくわ辛子和え	ごはん チキンカツ 里芋と揚げの炊いたん ちりめんおろし大根	●緑の習慣● ごはん 海鮮とグリーンアスパラの炒め物 小松菜の卵とじ 白菜梅和え	ごはん 鶏肉と野菜のうま煮 ほうれん草のバター炒め 豆腐とキュウリの梅ごまサラダ		
昼食	21 ごはん シュマイ弁当 白菜の中華風煮物 もやしの四川風サラダ	22 「そろそろ欲しい！」 初夏の散らし寿司 厚揚げとワケギの酢和え	23 ごはん 平成最後のおでんの白 菜の花のごまあえ	24 五目ごはん（玄米） さんまの塩焼き ひじきとゴボウの金平 ほうれん草とえのきの浸し	25 密かにNo.1！ すき焼き丼温泉卵（玄米） ひじきと枝豆のサラダ	●白の習慣● 毎日食べたい！ 竹の子ご飯 肉じゃが 落菊土佐煮 菜の花の白和え	27 ごはん 鶏肉のねぎソースかけ カボチャのミルク煮 三度豆の卵サラダ		
夕食	ごはん 赤魚の煮付け かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりと竹輪の酢の物	ごはん 紅の酢豚 チンゲンサイのオイスター炒め ひじきの中華サラダ	ごはん 美味しいと評判！アジフライ 切干し大根煮物 キャベツのごま和え	ごはん ホークピカタ キャベツの煮浸し 大豆サラダ	ごはん 「ええねえ！」チキン南蛮 ぜんまいの煮物 もやしのゴマヨサラダ	●白の習慣● ごはん 白身魚のフライ もやしの卵とじ ハムじゃがサラダ	わかめご飯 豚肉のすき煮 ビーマン甘辛煮 茄子のごま和え		
昼食	28 ごはん 牛肉と大根のどて煮風 露とちくわの金平 小松菜のなめこ和え	29 ありがとう昭和！ 日の丸弁当（玄米） 鮭の塩焼き きんぴらごぼう ほうれん草の浸し	30 ごはん 平成男の末練 豚カツ チンゲン菜とエビの煮物 大根サラダ 女は度胸！ロコモコ丼 ひじきサラダ	◆◆弁当の価格について◆◆ 【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。					
夕食	ごはん 高野豆腐卵とじ じゃが豚大豆 白菜のおかつ和え	ごはん 何でも巻いて野菜の肉巻揚げ 大根と揚げの煮物 春菊のおひたし							



◆◆ 玄米ご飯について ◆◆  
野原ダイニングのお米は、五様の米農家さんとお米屋さんから直接購入させて頂いています。  
玄米ご飯用の玄米は、五様のお米屋さんから玄米ご飯用に特別に仕入れてさせて頂いた玄米を使用させて頂いているので、安心してお召し上がりいただけます。  
毎週月・水・木曜日に丼や、炊き込みご飯等、様々なお料理に使用させて頂いています。普通のご飯とほとんど変わらない食感になっています。  
ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富な玄米ご飯を皆様是非ご賞味ください！

