



祥水園 野原ダイニング献立表 2月



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

2月3日の節分では、大好評の野原ダイニング`特製の恵方巻きを販売させていただきます。
1本1本 まごころ込めて巻かせて頂いております。
恵方巻きのみでも販売しておりますので、皆様是非ご注文下さい！
詳しくは別紙をご確認下さい。



※電話受付時間※
8:30~17:00

※当日注文×切※
昼食: 9時半
夕食: 13時半
締め切り時間をお守りいただく
ようお願い致します。

	日	月	火	水	木	金	土
昼食				1 鮭の玉ねぎマヨネーズ焼き ひじきの五目煮 居酒屋サラダ 玄米ごはん I補† - 546kcal 蛋白質 31.3g	2 サクサク甘辛チキン 小松菜と揚げの炊いたん 里芋のわさびマヨサラダ 玄米ごはん I補† - 613kcal 蛋白質 25.3g	3 節分! 縁起を担ぐ恵方巻き お浸し 福豆 節分 I補† - 472kcal 蛋白質 15.3g	4 カレーの煮付け チンゲン菜と小エビのソテー なます ごはん I補† - 399kcal 蛋白質 25.3g
				夕食	鶏肉とさつまいもの マスタードマヨプレート 肉団子と白菜の中華煮 無限やみつぎキュウリ ごはん I補† - 638kcal 蛋白質 22.9g	鯖のパン粉焼き ピーマンの含め煮 キャベツと大根の和サラダ ごはん I補† - 545kcal 蛋白質 23.3g	いわしのフライ 白菜葛煮 大豆サラダ 麦ご飯 I補† - 740kcal 蛋白質 24.4g
昼食	5 大人気! 中華三味 (シューマイ・春巻き) キャベツと黒キクラゲの卵炒め やみつぎ無限キュウリ ごはん I補† - 726kcal 蛋白質 15.8g	6 茄子のミートグラタン ピリ辛こんにゃく ひじきとお豆のテリサラダ 玄米ごはん I補† - 499kcal 蛋白質 14.5g	7 茄子屋バーグ おろしポン酢 小芋と人参の炊いたん チンゲンサイ辛子和え ごはん I補† - 564kcal 蛋白質 23.8g	8 鮭のマヨボンホイル焼き 切干大根の煮物 ほうれん草のお浸し 玄米ごはん I補† - 497kcal 蛋白質 27.1g	9 ミラノ風一口カツ Iツギとパ-ンのレシ醤油 柿入りコールスロー 玄米ごはん I補† - 679kcal 蛋白質 32.6g	10 枝豆のふっくら揚げ 無限ピーマン キャベツと人参の ごま醤油和え ごはん I補† - 500kcal 蛋白質 10g	11 建国記念日 鮭の塩焼き 大根の炊いたん 露のオカ力和え ごはん I補† - 432kcal 蛋白質 28.3g
	夕食	フルコギ風豚肉炒め ゴボウと人参の金平 ポテトサラダ ごはん I補† - 573kcal 蛋白質 19.8g	鱈の南蛮漬け いんげんのバターソテー 春雨サラダ ごはん I補† - 598kcal 蛋白質 24g	ウワ! 油淋鶏風ねぎだれチキン こんにゃくのピリ辛炒め キャベツサラダ 玄米ごはん I補† - 639kcal 蛋白質 22.6g	チキンピカタ つくも煮 小松菜の梅じゃこ和え ごはん I補† - 569kcal 蛋白質 26.4g	白身魚のイタリア風 ひじきの五目煮 オクラと長芋の梅肉和え ごはん I補† - 481kcal 蛋白質 25.8g	チンジャオロース 小芋とぜんまいの炊いたん 春雨枝豆ごま酢 玄米ごはん I補† - 646kcal 蛋白質 24.1g

	日	月	火	水	木	金	土
	12	13	14	15	16	17	18
昼食	マーボ豆腐 もやしとニラと桜えびの炒め物 キャベツゆかり和え	豆苗オムレツ 塩バターきのこ カラフルピクルス	私のハートのコロケ 菜の花の卵とじ 大根の柚子サラダ ハートチョコ	野原カメシ! ソースかつ丼 ほうれん草の土佐和え	初めてやります! 鶏チリ 里芋の炊いたん デバ地下風オーロラサラダ	○ 白の習慣 鱈のピカタ 切干大根の煮物 酢の物(キャベツ)	ビッグな鰻フライ ごぼうと人参のきんぴら ひじきと青じそのサラダ
	ごはん I補† - 371kcal 蛋白質 17.8g	玄米ごはん I補† - 459kcal 蛋白質 15.7g	ごはん I補† - 731kcal 蛋白質 16.4g	ごはん I補† - 760kcal 蛋白質 27.3g	玄米ごはん I補† - 693kcal 蛋白質 31.5g	ごはん I補† - 529kcal 蛋白質 27.1g	ごはん I補† - 523kcal 蛋白質 21.4g
夕食	牛肉と大根のどて煮風 人参しりしり オクラの酢の物	具材♪♪ おふくろカレー 塩昆布キャベツ	俺のハートのハンバーグ 小松菜と揚げの炊いたん ポテトサラダ	骨まで愛していわしの生姜煮 インゲンの金平 白菜無限サラダ	キムチ女子でしょ! 豚キムチ シュウマイ 愛の不時着 チョレギサラダ	もやしつくね 小松菜とコーンのソテー マカロニサラダ	肉豆腐 ぜんまいと揚げの炊いたん やみつぎ無限キュウリ
	ごはん I補† - 468kcal 蛋白質 16.8g	ごはん I補† - 291kcal 蛋白質 12.5g	玄米ごはん I補† - 689kcal 蛋白質 24.5g	ごはん I補† - 554kcal 蛋白質 23.9g	ごはん I補† - 509kcal 蛋白質 22.5g	玄米ごはん I補† - 505kcal 蛋白質 20.4g	ごはん I補† - 544kcal 蛋白質 22g
	19	20	21	22	23	24	25
昼食	鶏の紫煮 野菜ソテー 三度豆の卵サラダ	トマトポーク なすの中華風 ミモザサラダ	お肉屋さんのコロケ 白菜と豚肉の煮物 豆腐とトマトの梅サラダ	ササミのバンバンジーソース 竹輪と子芋の炊いたん ビーンズサラダ	天皇誕生日 万代 サ-秒&加加舞茸 じゃが芋そぼろ煮 塩昆布ピーマン	● 黒の習慣 ● カフェ風ハヤシライス チョレギサラダ	俺は男だ! 豚しょうが焼き さつまいものゴマ煮 青梗菜辛子和え
	ごはん I補† - 601kcal 蛋白質 24.5g	玄米ごはん I補† - 569kcal 蛋白質 22.7g	ごはん I補† - 510kcal 蛋白質 17.1g	玄米ごはん I補† - 535kcal 蛋白質 30.7g	玄米ごはん I補† - 557kcal 蛋白質 28.1g	ごはん I補† - 462kcal 蛋白質 11.6g	ごはん I補† - 570kcal 蛋白質 26.4g
夕食	かかしてる私の鯖の味噌煮 かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草とえのきの浸し	エビフライ スパゲティナポリタン ポテトサラダ	ほっこりおでん チンゲンサイ辛子和え	赤魚の煮付け 厚揚げ野菜炒め ポテトサラダ	2回目です! タルタルチキン エリンギとベーコンのソテー ほうれん草の浸し	定番! 鯖の塩焼き ひじきとゴボウの金平 黒豆とほうれん草の白和え	ささみの竜田揚げ (うめしそ巻き) マーボ茄子 小松菜とコーンのマヨボンと和え
	ごはん I補† - 585kcal 蛋白質 27.9g	ごはん I補† - 757kcal 蛋白質 24.7g	玄米ごはん I補† - 596kcal 蛋白質 29.8g	ごはん I補† - 543kcal 蛋白質 25.7g	ごはん I補† - 660kcal 蛋白質 25.5g	玄米ごはん I補† - 637kcal 蛋白質 34.7g	ごはん I補† - 639kcal 蛋白質 18.4g
	26	27	28	<div data-bbox="1389 1045 2249 1402" data-label="Text"> <p>【感染症対策について】 野原ダイニングでは、感染症に罹患しているお宅にも配達を行っています。 感染症専用の対策を行っておりますので、そのような事情がある場合は、必ずご連絡いただきますようお願い致します。 ※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。 ※弁当箱等を紛失・破損された場合、料金を頂戴することがございますのでご了承下さい。</p> </div> <div data-bbox="2255 1113 2641 1402" data-label="Image"> </div>			
昼食	キャベツ八宝菜 しめじとマイタケのソテー 三度豆の味噌和え	みんな大好き! 鶏の唐揚げ 大根の炊いたん ツナと白菜のごまポンサラダ	いっそオムライス デミ-スかけ いっそハムサラダ				
	ごはん I補† - 488kcal 蛋白質 15.7g	玄米ごはん I補† - 686kcal 蛋白質 37.9g	ごはん I補† - 770kcal 蛋白質 16.4g				
夕食	白身魚のフライ ピーマンと南瓜のきんぴら あげと卵の酢の物	鮭ときのこのバター醤油 ピーマン甘辛煮 カニカマの酢の物	サバ缶で! サバじゃが ピリ辛こんにゃく ひじきとお豆のデリサラダ				
	ごはん I補† - 511kcal 蛋白質 14.8g	ごはん I補† - 452kcal 蛋白質 27.9g	玄米ごはん I補† - 587kcal 蛋白質 20.1g				

◆◇ ご飯込みのメニューについて ◇◇

丼・チャーハン・ちらし寿司・オムライス等のメニューは、おかずのみの選択ができません。必ずごはんとのセットになりますので、ご了承下さい。毎月の「ご飯込」のメニューは、別紙の選択注文票をご確認ください。



◆◇ 弁当の価格について ◇◇

【昼】600円 【夕】700円

●ごはんの大盛り希望の方は別途料金(+100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。
※弁当箱等を紛失・破損された場合、料金を頂戴することがございますのでご了承下さい。

◆◇ 支払い方法について ◇◇

原則口座引き落としとなります(月末締め、翌月25日引落し)。(対応口座: 南都銀行・紀陽銀行・郵便局) ご希望の口座を選択いただき、指定用紙へのご記入をお願い致します。 ※振込もご対応可能ですが、その場合は手数料はお客様負担となります。