



# 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/>

今月もユニークで栄養満点な新メニューが多数ございます。  
また通常メニューとは別に、豪華松花堂弁当(1200円)もご用意しております！  
6月17日(月)昼食となっております。  
別紙用紙をご用意しておりますので、そちらからご注文下さい。  
皆様からのご注文お待ちしております！

※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

★マークがついているメニュー  
が新メニューです！



日	月	火	水	木	金	土					
<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> <p><b>●赤の習慣●</b></p> </div>						<p>1 牛肉と大根のどて煮風 もやしのソテー ひじきの中華サラダ</p> <p>ごはん I#材 - 487kcal 蛋白質 16.8g</p> <p>ピクピクな豚フライ かぼちゃのそぼろ煮 きのこサラダ</p> <p>ごはん I#材 - 524kcal 蛋白質 18.1g</p>					
						<p>2 中華三昧(シュウマイ・春巻き) キャベツと黒きくらげの卵炒め やみつぎ無限キュウリ</p> <p>ごはん I#材 - 720kcal 蛋白質 20g</p>	<p>3 シンプルに！ 鮭の塩焼き ゴボウと牛肉のきんぴら 酢の物(わかめ)</p> <p>玄米ごはん I#材 - 523kcal 蛋白質 25.3g</p>	<p>4 鶏肉とさつまいもの マスタードマヨプレート 白菜とツナの煮物 3色ナムル</p> <p>ごはん I#材 - 578kcal 蛋白質 22.9g</p>	<p>5 爽やか！ 鱈のレモン焼き ナスとエビの煮物 ほうれん草の湯葉和え</p> <p>玄米ごはん I#材 - 521kcal 蛋白質 27g</p>	<p>6 茄子のゴロゴロ風バーグ キャベツのコンソメ煮 オクラの酢の物</p> <p>玄米ごはん I#材 - 502kcal 蛋白質 21.1g</p>	<p>7 カフェ風ハヤシライス チョレギサラダ</p> <p>ごはん I#材 - 525kcal 蛋白質 13.5g</p>
						<p>ささみの竜田揚げ(梅しそ巻) マーボー茄子 小松菜とコーンのマヨポン和え</p> <p>ごはん I#材 - 613kcal 蛋白質 18.9g</p>	<p>カツリ！ トンテキ 小松菜と揚げの炊いたん ポテトサラダ</p> <p>ごはん I#材 - 702kcal 蛋白質 28.5g</p>	<p>豚肉とにらのとろ玉炒め 筑前煮 春雨枝豆ごま酢</p> <p>玄米ごはん I#材 - 776kcal 蛋白質 33.1g</p>	<p>★愛知県ご当地メニュー！ 味噌おでん やみつぎアスパラ</p> <p>ごはん I#材 - 657kcal 蛋白質 33.2g</p>	<p>白身魚のカレーパン粉焼き 肉団子と白菜の中華煮 ミモザサラダ</p> <p>ごはん I#材 - 574kcal 蛋白質 30.7g</p>	<p>お嫁女子でしょ！ 豚揚げ 小松菜とコーンのソテー 3色白和え</p> <p>玄米ごはん I#材 - 542kcal 蛋白質 25.0g</p>
<p>9 野菜炒め 南瓜の煮物 ブロッコリーサラダ</p> <p>ごはん I#材 - 526kcal 蛋白質 18.9g</p>	<p>10 理事長が食べたいねん！ ミラノ風一口カツ I#材とA-コソの味噌醤油 レース入りコールスローサラダ</p> <p>玄米ごはん I#材 - 661kcal 蛋白質 30.9g</p>	<p>11 鮭のソテー 氷山焼き 冬瓜とカニカマのあんかけ 玉葱とハムの塩麹サラダ</p> <p>ごはん I#材 - 603kcal 蛋白質 26.1g</p>	<p>12 スペイン風オムレツ 大根の炊いたん ひじきとお豆のデリサラダ</p> <p>玄米ごはん I#材 - 561kcal 蛋白質 17.8g</p>	<p>13 お袋の味 肉じゃが シュウマイ やみつぎキャベツ</p> <p>玄米ごはん I#材 - 551kcal 蛋白質 17.3g</p>	<p>14 緑鮮やか 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</p> <p>ごはん I#材 - 585kcal 蛋白質 23.9g</p>	<p>15 大きなコロケ ゴボウと人参の金平 里芋のわさびマヨサラダ</p> <p>ごはん I#材 - 667kcal 蛋白質 12.1g</p>					
<p>カレーの煮付け こんにゃくとちくわ炒め なます</p> <p>ごはん I#材 - 397kcal 蛋白質 21.5g</p>	<p>おみこのパスタソース さつまいもの甘露煮 白菜のごま和え</p> <p>ごはん I#材 - 495kcal 蛋白質 26.7g</p>	<p>豚肉ともやしの ガーリックバター醤油 だけのこの土佐煮 グリーンパスタの煮びたしオカカ添え</p> <p>玄米ごはん I#材 - 606kcal 蛋白質 23.7g</p>	<p>野原カメシ！ 味噌カツ丼(玄米) 法蓮草と油揚げのめんつゆオイル</p> <p>ごはん I#材 - 722kcal 蛋白質 21.6g</p>	<p>白身魚のフライ 焼き茄子 和風ツナサラダ</p> <p>ごはん I#材 - 419kcal 蛋白質 15.8g</p>	<p>カレイの照り焼きわさび チンゲン菜と小エビのソテー ブロッコリーと人参のごま和え</p> <p>玄米ごはん I#材 - 487kcal 蛋白質 26.0g</p>	<p>鶏の紫煮 I#材とA-コソのリテー 揚げと卵の酢の物</p> <p>ごはん I#材 - 573kcal 蛋白質 25.7g</p>					

16 キャベツ八宝菜 しめじと舞茸のソテー ひじきと青じそのサラダ ごはん 13材 - 477kcal 蛋白質 16.6g	17 夏野菜天ぷら 里芋と揚げの炊いたん 胡瓜と若布のリンコ酢 ★ ★ ごはん 13材 - 601kcal 蛋白質 25.7g	18 定番！鯖の塩焼き ビーマン甘辛煮 ★ 静岡ご当地落花生なます ごはん 13材 - 474kcal 蛋白質 24.2g	19 初夏にぎやかちらし寿司 ほうれん草の胡麻和え ごはん 13材 - 383kcal 蛋白質 11.4g	20 みんな大好き！鶏の唐揚げ 豆腐の卵とじ 胡麻ドレッシング和え 玄米ごはん 13材 - 712kcal 蛋白質 26.1g	○白の習慣○ 21 もやしつくね 悪魔のちくわ ブロッコリーのオカカ和え ごはん 13材 - 574kcal 蛋白質 24.4g	22 肉豆腐 小松菜と揚げの炊いたん キャベツゆかり和え ごはん 13材 - 501kcal 蛋白質 23.4g
牛肉とかぼちゃの野菜炒め 切干大根の煮物 やみつきトマト ごはん 13材 - 472kcal 蛋白質 17.9g	★ ★ 鶏胸肉の塩昆布マヨポン和え 白菜の柚子煮 中華風ささみきゅうり ごはん 13材 - 563kcal 蛋白質 36g	豚南蛮 卵の花 三度豆のごま和え 玄米ごはん 13材 - 676kcal 蛋白質 32.1g	鯖の木の芽味噌焼き 露のオカカ和え 無限トマト ごはん 13材 - 498kcal 蛋白質 27.5g	豚小間ステーキの炊き焼き 切干大根の煮物 わけぎと蒲鉾の酢味噌和え ごはん 13材 - 554kcal 蛋白質 28.4g	きのこ鶏のホワイトグラタン じゃがいものそぼろ煮 塩昆布キャベツ 玄米ごはん 13材 - 685kcal 蛋白質 25.0g	白身魚のごちそうフライ なすのかりじゃこパコ ヨーグルトサラダ ごはん 13材 - 578kcal 蛋白質 16.5g
23 親子煮 シュウマイ もやしとハムの和え物 ごはん 13材 - 683kcal 蛋白質 21.1g	24 美味しいよ とり天 チンゲン菜の中華炒め 三度豆のごま和え 玄米ごはん 13材 - 638kcal 蛋白質 21.1g	25 カレイのレモンバター醤油 茄子の炊いたん 春雨サラダ ★ ★ ごはん 13材 - 500kcal 蛋白質 22.4g	★ ★ 初めてやります 豚玉炒め 筑前煮 キャベツの切干大根サラダ 玄米ごはん 13材 - 832kcal 蛋白質 41.3g	27 鯖の塩焼き 大根と薩摩揚げの炊いたん ほうれん草とえのきのお浸し 大分の鶏飯 13材 - 522kcal 蛋白質 29.6g	●黒の習慣● 28 サバサバしてる 私の鯖の味噌煮 いとこ煮 わかめのわかめサラダ ごはん 13材 - 652kcal 蛋白質 23.9g	29 マーボー豆腐 もやしとニラと桜えびの炒め 白菜のゆかり和え ごはん 13材 - 441kcal 蛋白質 21.3g
ホキのバジル焼き ミートボール ブロッコリーと胡瓜のツナサラダ ごはん 13材 - 570kcal 蛋白質 26.1g	すぎ焼き風温玉のせ がんもの生姜煮 トマトマリネサラダ ごはん 13材 - 595kcal 蛋白質 27.8g	具材コロコロ おふくろカレー 居酒屋サラダ 玄米ごはん 13材 - 571kcal 蛋白質 19.7g	アジ南蛮 法蓮草とコーンのソテー 中華風ささみきゅうり ごはん 13材 - 620kcal 蛋白質 32.8g	かつお油淋鶏風ネギだれチキン こんにゃくのピリ辛炒め ビーンズサラダ ごはん 13材 - 579kcal 蛋白質 23.1g	黒きくらげ入り海鮮炒め 大根の炊いたん ひじきと青じそのサラダ 玄米ごはん 13材 - 479kcal 蛋白質 19.7g	カレーコロッケ ゴボウと人参の金平 エノキとキュウリの梅肉和え ごはん 13材 - 715kcal 蛋白質 9.8g
30 牛肉と玉葱のオムライス炒め 三度豆の胡麻味噌和え 露のオカカ和え ごはん 13材 - 428kcal 蛋白質 20.1g	<div data-bbox="1075 798 1657 1005" data-label="Text"> <p><b>【感染症対策について】</b>          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。          ご理解・ご協力をお願い致します。</p> </div> <div data-bbox="1680 893 1859 1053" data-label="Image"> </div>					フルコキ風豚肉炒め 切干大根の煮物 マカロニサラダ ごはん 13材 - 547kcal 蛋白質 20.5g

◆◇ 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】750円 【夕】750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け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。