

★マークがついているメニューが新メニューです！



祥水園 野原ダイニング献立表 11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ございます。
また通常メニューとは別に、豪華松花堂弁当(1,200円)もご用意しております。
11月6日(水) 昼食となっております。
別紙をご用意しておりますので、そちらからご注文ください。
皆様からのご注文を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

	日	月	火	水	木	金	土
風食	<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。</p>					<p>●緑の習慣● 1 ビーマン肉詰め風 大根の炊いたん しそ風味サラダ</p>	<p>2 ホキのレモン焼き 小松菜と厚揚げの炊いたん 柿なます</p>
夕食						<p>ごはん I3#H - 699kcal 蛋白質 31.1g</p> <p>鱈の木の芽味噌焼き なすの加加じゃこパコソ 三度豆のごま和え</p> <p>ごはん I3#H - 436kcal 蛋白質 21.6g</p> <p>おさつコロッケ 里芋と揚げの炊いたん 露のオカ力和え</p> <p>ごはん I3#H - 692kcal 蛋白質 15.4g</p>	<p>○白の習慣○ 8 シーフードマカロニグラタン I3#H とパコソのソテー 豆腐サラダ</p> <p>ごはん I3#H - 564kcal 蛋白質 19.9g</p> <p>もやしつくね 悪魔のちくわ 塩もみキャベツ</p> <p>ごはん I3#H - 509kcal</p> <p>骨まで愛して イワシの生姜煮 南瓜の煮物 大根のカラフルサラダ</p> <p>ごはん I3#H - 622kcal 蛋白質 24.2g</p> <p>I3#H - 647kcal 蛋白質 16.7g</p>
風食	<p>3 文化の目 お袋の味 肉じゃが I3#H とパコソのソテー ひじきと青じそのサラダ</p> <p>ごはん I3#H - 534kcal 蛋白質 18.2g</p>	<p>4 振替休日 ★ イギリスへ行った気分♪ フィッシュアンドチップス 高野豆腐とひじきの煮物 旨塩ツナきゅうり 玄米ごはん</p> <p>ごはん I3#H - 556kcal 蛋白質 17.8g</p>	<p>5 ★ 鶏ミンチのつくねピカタ じゃがビーマンの塩昆布バター ブロッコリーのオカカ和え</p> <p>ごはん I3#H - 553kcal 蛋白質 25.8g</p>	<p>6 ★ ミックスフライ (エビ・牡蠣・コーン) スパゲティナポリタン ポテトサラダ 玄米ごはん</p> <p>ごはん I3#H - 739kcal 蛋白質 20.1g</p>	<p>7 ★ 好き女子でしょ！豚好き さつま芋のゴマ煮 オクラと長芋の梅肉和え</p> <p>玄米ごはん I3#H - 621kcal 蛋白質 23.8g</p>	<p>9 シーフードマカロニグラタン I3#H とパコソのソテー 豆腐サラダ</p> <p>ごはん I3#H - 564kcal 蛋白質 19.9g</p> <p>もやしつくね 悪魔のちくわ 塩もみキャベツ</p> <p>ごはん I3#H - 509kcal</p> <p>骨まで愛して イワシの生姜煮 南瓜の煮物 大根のカラフルサラダ</p> <p>ごはん I3#H - 622kcal 蛋白質 24.2g</p> <p>I3#H - 647kcal 蛋白質 16.7g</p>	
夕食	<p>かかしてる私の 鯖の味噌煮 もやし炒め ほうれん草の3色和え</p> <p>ごはん I3#H - 683kcal 蛋白質 27g</p>	<p>八宝菜 シュウマイ カラフルピクルス</p> <p>ごはん I3#H - 541kcal 蛋白質 16.3g</p>	<p>大好評！ 鮭の味噌汁 チンゲン菜と小エビのソテー わかめときゅうりの梅酢和え</p> <p>玄米ごはん I3#H - 540kcal 蛋白質 25.7g</p>	<p>すき焼き風温玉のせ 南瓜の煮物 卵とレタスとトマトのサラダ</p> <p>ごはん I3#H - 597kcal 蛋白質 27g</p>	<p>いっそオムライス デミソースかけ チョレギサラダ</p> <p>玄米ごはん I3#H - 703kcal 蛋白質 24.1g</p>	<p>ごはん I3#H - 622kcal 蛋白質 24.2g</p> <p>I3#H - 647kcal 蛋白質 16.7g</p>	
風食	<p>10 豆腐のふわふわ揚げ さつま芋の金平 ブロッコリーのツナマヨ和え</p> <p>ごはん I3#H - 662kcal 蛋白質 15.6g</p>	<p>11 臭材ゴロゴロ おふくろカレー チョレギサラダ</p> <p>玄米ごはん I3#H - 497kcal 蛋白質 15.6g</p>	<p>12 うれしいですね！ 鮭の塩焼き ちくわとビーマンの金平 わかめとキノコのごまボン酢</p> <p>ごはん I3#H - 447kcal 蛋白質 24.2g</p>	<p>13 おろし玉ねぎ豚炒め つくも煮 薬味たっぷり大根サラダ</p> <p>玄米ごはん I3#H - 769kcal 蛋白質 22.7g</p>	<p>14 白身魚のカレーパン粉焼き インゲンと牛肉の金平 オクラと長芋の梅肉和え</p> <p>玄米ごはん I3#H - 521kcal 蛋白質 24.5g</p>	<p>15 ごはんが進む！ 鯖の竜田揚げ ひじきの五目煮 カニカマの酢の物 ごはん I3#H - 621kcal 蛋白質 28.4g</p> <p>16 ★ ぶたまご炒め 切干大根の煮物 ブロッコリーのピーナツ和え</p> <p>ごはん I3#H - 590kcal 蛋白質 34.2g</p> <p>マーボー豆腐 もやしとニラと桜えびの炒め 大根のカラフルサラダ</p> <p>玄米ごはん I3#H - 620kcal 蛋白質 26.9g</p> <p>I3#H - 452kcal 蛋白質 20.5g</p>	
夕食	<p>カレーの煮付け 単純に豚肉ともやし炒め 和風ツナサラダ</p> <p>ごはん I3#H - 500kcal 蛋白質 27.1g</p>	<p>鱈のピカタ 茄子の炊いたん ブロッコリーのごま和え</p> <p>ごはん I3#H - 425kcal 蛋白質 24.1g</p>	<p>コンソメレモンチキン 法蓮草とコーンのソテー やみつき無限キュウリ</p> <p>玄米ごはん I3#H - 606kcal 蛋白質 24.6g</p>	<p>茄子のゴロゴロのせ 晩バーク ピリ辛こんにやく カラフルピクルス</p> <p>ごはん I3#H - 455kcal 蛋白質 17.9g</p>	<p>理事長が食べたいねん！ ミラノ風一口カツ きな粉里芋 青じそ風味 レーズン入りコルスローサラダ</p> <p>ごはん I3#H - 668kcal 蛋白質 30.7g</p>	<p>ごはん I3#H - 620kcal 蛋白質 26.9g</p> <p>I3#H - 452kcal 蛋白質 20.5g</p>	

	17	18	19	20	21	●黄の習慣 22	勤労感謝の日 23
昼食	舂みのパスタソース さつま芋の甘露煮 春雨胡麻酢	俺は男だ！豚しょうが焼き シャーマンポテト 居酒屋サラダ	白身魚のレストラン風 ひじきの五目煮 3色ナムル	鶏肉とさつま芋のサラダ 白菜と揚げの炊いたん 中華クラゲの和え物	ホキのパシル焼き きな粉里芋 青じそ風味 やみつきアスパラ	秋野菜天ぷら ゴボウと牛肉のきんぴら 酢の物（わかめ）	名古屋の味噌カツ丼 豆腐サラダ
	ごはん I3材 - 553kcal 蛋白質 26.2g	玄米ごはん I3材 - 601kcal 蛋白質 29.9g	ごはん I3材 - 491kcal 蛋白質 25.7g	玄米ごはん I3材 - 604kcal 蛋白質 21g	玄米ごはん I3材 - 519kcal 蛋白質 23.7g	ごはん I3材 - 563kcal 蛋白質 24g	ごはん I3材 - 580kcal 蛋白質 19.7g
夕食	鰯のおろし煮 シュウマイ 塩昆布キャベツ	定番！五目ちらし寿司 三度豆の胡麻味噌和え	チンジャオロース 卵の花 春雨枝豆ごま酢	良い味出てます！鰹南蛮 インゲンのバターソテー ブロッコリーとハムサラダ	焼肉サラダ丼 白菜の柚子和え	スペイン風オムレツ 小松菜としめじの炊いたん ブロッコリーの塩マヨ和え	親子煮 こんにゃくとちくわ炒め モロヘイヤのオカカ和え
	ごはん I3材 - 525kcal 蛋白質 25.7g	ごはん I3材 - 424kcal 蛋白質 15g	玄米ごはん I3材 - 603kcal 蛋白質 25.9g	ごはん I3材 - 587kcal 蛋白質 24.5g	ごはん I3材 - 600kcal 蛋白質 21.1g	玄米ごはん I3材 - 502kcal 蛋白質 15.2g	ごはん I3材 - 504kcal 蛋白質 24.7g
昼食	肉豆腐 キャベツと桜エビの炒め物 キュウリとツナの梅だれ	和風風パグ きのごコース 白菜とツナの煮物 オクラ酢の物	鰯の香味焼き 冬瓜のえびあんかけ 白菜のゆかり和え	豚肉ステーキのスタミナ焼き ぜんまいとちくわの炊いたん 水菜とハムのマヨ和え	こっちもおいしい！鶏南蛮 ピリ辛こんにゃく モロヘイヤのオカカ和え	超トマトカレー チョレギサラダ	大きなコロッケ キャベツ卵とじ やみつき無限キュウリ
	ごはん I3材 - 501kcal 蛋白質 23.4g	玄米ごはん I3材 - 528kcal 蛋白質 26.5g	ごはん I3材 - 468kcal 蛋白質 24.9g	玄米ごはん I3材 - 702kcal 蛋白質 26.6g	玄米ごはん I3材 - 667kcal 蛋白質 29.6g	ごはん I3材 - 611kcal 蛋白質 22.3g	ごはん I3材 - 568kcal 蛋白質 12.6g
夕食	サーモンフライ じゃがいもとぜんまいの煮付け ほうれん草の土佐和え	ピーマン豚肉巻 切干大根の煮物 さつま芋とレーズンのサラダ	カフェ風ハヤシライス やみつき無限キュウリ	さばの塩焼きねぎポン酢だれ 塩バターきのこ スモークチキンのマリネ	やわらかミートローフ エリンギのしそバター醤油 お浸し	鮭とキノコのバター醤油 焼き茄子 チンゲン菜の梅じゃこ和え	タンドリーチキン ピーマン甘辛煮 無限トマト
	ごはん I3材 - 455kcal 蛋白質 18.5g	ごはん I3材 - 882kcal 蛋白質 23.5g	玄米ごはん I3材 - 609kcal 蛋白質 14.7g	ごはん I3材 - 522kcal 蛋白質 20.8g	ごはん I3材 - 540kcal 蛋白質 28.2g	玄米ごはん I3材 - 448kcal 蛋白質 26.2g	ごはん I3材 - 515kcal 蛋白質 24.3g

◆◇ 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。