

★ 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 8月



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

※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

今月もユニークで栄養満点なメニューがございます。
皆様からのご注文お待ちしております！

※予定献立ですので、変更されることがあります。予めご了承ください。

	日	月	火	水	木	金	土
昼食	8/15(土)は吉野川祭りのため 道路の混雑が予想されます。 そのため通常より夕食の配達時間が 大幅に早まる場合がございます。 (30分～1時間程度) ご迷惑をおかけいたしますがよろしく願いいたし ます。 						1 赤魚の煮付け 貝割れもやしベーコン炒め チンゲン菜の辛子和え
							ごはん I補† - 405kcal 蛋白質 25.6g
							ミンチカツ 茄子の味噌煮 えのぼんわかめ
							ごはん I補† - 621kcal 蛋白質 12.4g
夕食	2 ガツ旨チャーハン 春雨ごま酢	3 ミートローフ ごぼうとちくわの金平 小松菜の梅じゃこ和え	4 マヨボンの妹分 とろろ鮭の味噌マヨチーズ 白菜と揚げの炊いたん オクラとなめこのネバネバ和え	5 豆苗オムレツ ピリ辛こんにゃく 豆腐サラダ	6 理事長が食べたいねん ミラノ風一口カツ ミートボール レースン入りコールスローサラダ	●赤の習慣● 7 私の情熱！エビチリ チンゲン菜のソテー 大根サラダ	8 鶏の紫煮 蒸し餃子 しそ風味サラダ
	I補† - 494kcal 蛋白質 14g	I補† - 594kcal 蛋白質 30.3g	I補† - 567kcal 蛋白質 26.3g	I補† - 464kcal 蛋白質 18.9g	I補† - 734kcal 蛋白質 33.2g	I補† - 607kcal 蛋白質 15.7g	I補† - 529kcal 蛋白質 22.9g
	牛肉と玉葱のオムライス炒め 大学いも 塩昆布ピーマン	白身魚のレストラン風 南瓜の煮物 ニラともやしのナムル	肉豆腐 パプリカのツナ炒め レタスとトマトのしらすサラダ	タンドリーチキン 茄子のカリカリじゃこベーコン ひじきと枝豆のサラダ	シーフードマカロニグラタン 大根と薩摩揚げの煮物 トマトの塩昆布和え	超トマトカレー レタスときゅうりの和サラダ	サバ缶で！サバじゃが いんげんのバターソテー モロヘイヤのおかか和え
	I補† - 538kcal 蛋白質 16.8g	I補† - 444kcal 蛋白質 23g	I補† - 531kcal 蛋白質 22.2g	I補† - 581kcal 蛋白質 25.1g	I補† - 480kcal 蛋白質 15.3g	I補† - 566kcal 蛋白質 18.8g	I補† - 519kcal 蛋白質 22.9g
昼食	9 鮭とキノコのバター醤油 茄子とエビの煮物 ブロッコリー胡麻和え	10 牛肉とごぼうのしぐれ煮 じゃこピーマン 酢の物（キャベツ）	山の目 11 いっそオムライス デミグラスソース 旨塩ツナきゅうり	12 サバサバしている私の 鯖の味噌煮 貝割れもやしベーコン炒め ほうれん草のごま和え	13 ふるさとの味 精進散らし 七色お和え	●緑の習慣● 14 チンジャオロース 悪魔のちくわ オクラと長芋の梅肉和え	15 白身魚フライ ごぼうと人参の金平 スモークチキンのマリネ
	I補† - 472kcal 蛋白質 26.9g	I補† - 536kcal 蛋白質 19.6g	I補† - 897kcal 蛋白質 46.5g	I補† - 620kcal 蛋白質 25.9g	I補† - 474kcal 蛋白質 11.5g	I補† - 554kcal 蛋白質 22.7g	I補† - 548kcal 蛋白質 17.6g
	八宝菜 ピーマンの生姜焼き 枝豆のサラダ	良い味出てます アジ南蛮 だけのこの土佐煮 ほうれん草となめだけのお浸し	鯖のレモン焼き のっぺ煮 やみつきアスパラ	茄子のゴロゴロのせ晩パーク キャベツのコンソメ煮 あげと卵の酢の物	豆腐のふわふわ揚げ 大根のごま煮 白菜ゆかり和え	ロールキャベツ エリンギとベーコンのソテー ブロッコリーのピーナッツ和え	具材ゴロゴロおふくろカレー やみつき無限きゅうり
	I補† - 514kcal 蛋白質 19.8g	I補† - 519kcal 蛋白質 23.6g	I補† - 608kcal 蛋白質 29.3g	I補† - 507kcal 蛋白質 26.5g	I補† - 538kcal 蛋白質 14.9g	I補† - 503kcal 蛋白質 18.4g	I補† - 496kcal 蛋白質 14.9g

	16	17	18	19	20	21	22
昼食	レバニラ カニ風味シュウマイ 塩昆布ピーマン	カレイの煮付け じゃが芋ときのこの味噌マヨ炒め 黒豆とほうれん草の白和え	豚肉ステーキスタミナ焼き 小松菜と平天の炊いたん やみつきしそ昆布白菜	みんな大好き！鶏の唐揚げ チンゲン菜と揚げの炊いたん やみつき無限きのこ	骨まで愛して いわしの生姜煮 白菜と肉団子の中華煮 きゅうりのネギ和え	もやしつくね いとこ煮 落のオカカ和え	回鍋肉 卵の花 オクラの塩昆布ナムル
	ごはん I補† - 499kcal 蛋白質 19.8g	玄米ごはん I補† - 523kcal 蛋白質 27.7g	ごはん I補† - 609kcal 蛋白質 24.9g	玄米ごはん I補† - 622kcal 蛋白質 22.7g	玄米ごはん I補† - 531kcal 蛋白質 25.7g	ごはん I補† - 523kcal 蛋白質 19.4g	ごはん I補† - 453kcal 蛋白質 18.5g
夕食	黒きくらげ入り海鮮炒め さつま芋の甘露煮 チンゲン菜の梅じゃこ和え	ささみのバンバンジーソース 切干大根の煮物 ブロッコリー胡麻和え	鱈の香味焼オイル青紫蘇風味 豆苗と卵のオイスター炒め オクラの酢の物	スパニッシュオムレツ キャベツのコンソメ煮 ひじきとお豆のデリサラダ	おふくろの味 肉じゃが 焼き茄子 ほうれん草の土佐和え	揚げ出し豆腐のきのこあんかけ チンゲン菜の中華炒め やみつきトマト	白身魚のバジル焼き ぜんまいと厚揚げの炊いたん 小松菜のごま和え
	ごはん I補† - 419kcal 蛋白質 12.2g	ごはん I補† - 441kcal 蛋白質 32.1g	玄米ごはん I補† - 484kcal 蛋白質 23.6g	ごはん I補† - 522kcal 蛋白質 19g	ごはん I補† - 454kcal 蛋白質 16.8g	玄米ごはん I補† - 619kcal 蛋白質 14.3g	ごはん I補† - 451kcal 蛋白質 22.4g
	23	24	25	26	27	28	29
昼食	筑前煮 エリンギのしそバター醤油 カリフラワー粒マスタード和え	夏の天ぷら がんもの生姜煮 春菊とエノキの和え物	マーボー豆腐 ごぼうと牛肉の金平 三度豆の胡麻和え	カレイピカタ ジャーマンポテト オクラの酢の物	ビビンバ丼 大根の柚子和え	茄子のミートグラタン こんにゃくピリ辛煮 やみつきアスパラ	なんちゃって酢豚 エビ風味シュウマイ ひじきのサラダ
	ごはん I補† - 513kcal 蛋白質 16.3g	玄米ごはん I補† - 598kcal 蛋白質 25.2g	ごはん I補† - 466kcal 蛋白質 21.6g	玄米ごはん I補† - 486kcal 蛋白質 23.3g	ごはん I補† - 452kcal 蛋白質 15.1g	ごはん I補† - 422kcal 蛋白質 13.1g	ごはん I補† - 531kcal 蛋白質 11.4g
夕食	牛肉と玉葱のオイスターソース炒め 白菜と豚肉の煮物 ほうれん草となめだけのお浸し	★レモンペッパーのネギ塩豚丼 3色ナムル	鶏むね肉の塩昆布 マヨポン和え 厚揚げ野菜炒め 和風ツナサラダ	トンテキ ひじき五目煮 白菜の柚子和え	サンマの蒲焼き ピーマン甘辛煮 三つ葉と油揚げのめんつゆオイル	鯖の塩焼き 里芋といかの炊いたん トマトの中華サラダ	牛肉と大根のどて煮風 たらこスパゲッティ 落のオカカ和え
	ごはん I補† - 420kcal 蛋白質 21g	ごはん I補† - 759kcal 蛋白質 25.2g	玄米ごはん I補† - 595kcal 蛋白質 33.4g	ごはん I補† - 661kcal 蛋白質 30.6g	ごはん I補† - 555kcal 蛋白質 22.4g	玄米ごはん I補† - 605kcal 蛋白質 26.1g	ごはん I補† - 504kcal 蛋白質 17.2g
	30	31	【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ご理解・ご協力をお願い致します。 				
昼食	鯖の胡麻ボン酢たれ さつま芋の甘露煮 きのこサラダ	鶏とキャベツの塩だれ炒め 冬瓜とカニカマのあんかけ モロヘイヤのおかか和え					
	ごはん I補† - 505kcal 蛋白質 23.3g	玄米ごはん I補† - 519kcal 蛋白質 24.8g					
夕食	豚肉と玉ねぎのオイスターソース炒め 茄子の炊いたん 白菜の胡麻和え	エビのフリッターピリ辛マネズ じゃが芋とぜんまいの煮物 水菜の胡麻ドレッシング和え					
	ごはん I補† - 428kcal 蛋白質 20.3g	ごはん I補† - 714kcal 蛋白質 18.6g					

◆◇ 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。