

2020年 10月の

メニュー

☆市内どこにでも  
(ご家庭・職場)  
1食よりおいしい手  
作りお昼用お弁当を  
配達いたします。

社会福祉法人みのり福祉会  
多機能型支援施設はばたき 就労継続支援B型事業所

**お弁当屋 はばたき**



配達時の手渡しに  
よる安否確認も  
行っております。  
お弁当に関するご  
相談に応じます。

電話 : 2968-6970  
FAX : 2968-6980  
住所 : 狭山市新狭山3-8-5

ボリュームアップのA定食 700円

**550円**

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			1	2
	日替わり弁当 550円	A定食700円	焼鮭とさつま芋と きのこのロスティー風 豚肉、茄子、にんにくの芽炒め 切干大根の煮もの 小松菜とちくわの 酢味噌和え	菜めし おでん セロリ入りきんぴら 人参と葉っぱのサラダ 秋のフルーツポンチ
5 個	6 個	7 個	8 個	9 個
鶏と鯖の 塩レモン唐揚げ いろいろ煮物 切り昆布とピーマンの炒り煮 ほうれん草と人参の 胡麻和え	筑前煮 いわしの明太ポテト 焼き～サラダ添え～ 小松菜と春雨の炒め物 柿なます	ヒレカツとあじフライ 大根の五目あんかけ れんこんと大豆のガルシヨ おからと水菜のサラダ	挽肉入りピラフ たらと魚河岸揚げの おろし煮 五目野菜炒め スパゲッティサラダ フルーツ	海老と玉子の春巻きと 野菜の焼き浸し 豚肉とほうれん草の ミルクカレー ひじきの五目煮 胡瓜と長芋ときのこの和え物
12 個	13 個	14 個	15 個	16 個
サーモンの白味噌漬 け焼きとミニ天ぷら 肉豆腐 田舎風チャプチェ 野菜の甘酢漬	揚げ鶏と茄子の 黒酢おろしあん いろいろ煮物 ほうれん草とひじきの 胡麻和え かぼちゃサラダ	きのこご飯 赤魚の粕漬焼きと とり天 冬瓜の五目あんかけ 青菜の白和え ポテトサラダ	肉じゃがコロッケと ワカメとチーズの玉子 焼き 鱈の子ゲ風煮 ふきとぜんまいのおかか煮 豆と彩り野菜のマリネ	ハンバーグ ～和風オニオンソース 秋根菜のきんぴら煮 浅漬けサラダ フルーツ
19 個	20 個	21 個	22 個	23 個
鶏肉の七味焼きと春巻き 茄子のトマトパスタ 切り昆布の五目煮 ポテトサラダ	ししゃものせご飯 野菜コロッケ いかと根菜の煮物 小松菜・きのこ・ たけのこ炒め 豆サラダ	鯖の潮煮 れんこんの豚肉巻き ～タルタル添え～ 三色炒め 牛蒡のピリ辛漬け かぼちゃといんげんの胡麻和え	豚肉ときのこの生姜焼き 盛り合わせサラダ けんちん煮 彩り野菜のナムル	和風ミートローフ ～ゆず味噌だれ～ 大根と人参のおかか煮 きのこ青菜の炒め物 シーフードサラダ ～ハーブドレッシング
26 個	27 個	28 個	29 個	30 個
豚角煮と味玉子 彩り野菜あん 白滝の真砂炒り 青菜と舞茸のお浸し 冬瓜のソムタム風サラダ	鱈と魚河岸揚げの きのこ沢煮あんかけ 八宝辣醬 青菜とワカメのお浸し 春雨の甘酢和え	チキン南蛮 いろいろ煮物 にんにくの芽の香り醬和え コロコロ豆サラダ	鮭とほうれん草のグラタン 鶏肉とナッツの炒め物 白菜の柚香漬け りんごと人参のサラダ	鯖と野菜の味噌煮 鶏天 彩り野菜のナムル 切干と人参のはりはり漬け

■新規のお客様■ <ご注文までの流れ>  
新規でご注文のお客様はご注文前日14:00までに一度お電話く  
ださい。住所などをお伺いし登録をさせていただきます。  
◆お弁当の注文・キャンセル・変更◆  
注文につきましては、前日の10:00～14:00の間に連絡をいた  
だくようお願いします。変更やキャンセルに関しても  
前日14:00までにご連絡をお願い致します。

◇厨房より◇  
涼しさを感じる虫の声に、色づく木々...秋の深まりを感じる頃となりました。秋が旬のきのこ類  
は旨み成分があり、食物繊維も豊富に含まれています。お腹の掃除をしてくれる、おすすめの  
きのこご飯、ぜひご賞味ください☆過ごしやすくなりましたが、昼夜の気温差がある季節  
でもあるので、健康面には十分に気をつけていきましょう。  
～今月のおすすめ～  
・14日(水) きのこご飯 冬瓜の五目あんかけ  
・21日(水) 鯖の潮煮 れんこんの豚肉巻き～タルタル添え～

みのり福祉会のホームページに活動報告を載せています。  
URL: はたらく むすぶ  
<http://www.minori-fukushi.or.jp/>

お昼用のお弁当で  
す。お早めにお召  
し上がりください。