

2020年 11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 : 狹山市新狹山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
2	3	4	5	6
小豆ご飯 豚肉の西京漬け焼きと 焼き野菜 ぜんまいと落の煮物 いかと野菜の胡麻酢和え かぼちゃサラダ	 文化の日	焼鮭とミニ天ぷら 豚肉と彩り野菜の キムチ炒め 切干大根のはりはり漬け 豆入りポテトサラダ	鯖大根 鶏とナッツと野菜の炒め たたき牛蒡 ベトナムアリス風サラダ	ひじき入り混ぜ寿司と いなり寿司 鶏の唐揚げ 小田巻蒸し ぜんまい入りナムル フルーツ
個	個	個	個	個
9	10	11	12	13
肉団子黒酢あんかけ 焼ビーフン かぼちゃの甘煮と ひじきの煮物 青菜の胡麻和え	ほっけとじゃがいもの 香草焼き 牛肉、きのこ、セロリ の炒め 大根と人参のおかか煮 盛り合わせサラダ	コーンご飯 季節野菜のドライカレー ししゃもの唐揚げとコロケ かぶの柚香甘酢漬け フルーツ入り杏仁豆腐	ポッサム風盛り ~サムジャン添え れんこんのグラタン揚げ ピーマンと白滝のきんぴら 青菜とワカメのお浸し	鮭のみりん漬け焼きと 一口天ぷら 豚肉じゃが たたき牛蒡 白菜と春菊の柚子浸し
個	個	個	個	個
16	17	18	19	20
チキン南蛮 青菜のとろろかけ けんちん煮物 ピーマンと切り昆布 の炒め物	鶏と厚揚げのハンバーグ かにコロケ 味噌きんぴら カリフラワーのタラモサラダ	鱈と魚河岸揚げ チキンのパプリカトマト煮 牛蒡の揚げ出し さつま芋とりんごのサラダ	味噌煮込みおでん 手羽先の塩唐揚げ にんにくの芽の香り醤和え 人参とオレンジのサラダ	海老フライとヒレカツ ひじきの煮物と柚子大根 たけのこメンマ 白和え風サラダ
個	個	個	個	個
23	24	25	26	27
 勤労感謝の日	雑穀入りご飯 赤魚の粕漬け焼きと いももちチーズフライ 高野豆腐のはさみ煮 チャプチェ 畑の野菜サラダ	焼鮭とかぼちゃコロケ 八宝辣醬 青菜と舞茸のお浸し きなこ寒天	人参と大根の旬ご飯 チキンソテー 三色炒め かぼちゃの甘煮の ナムル	海老と玉子の春巻きと 鯖のレモン焼き 焼き野菜のミートソース 大根と人参のおかか煮 小松菜とワカメのお浸し
個	個	個	個	個
30	 日替わり弁当 550円 A定食 700円		食材の仕入れ状況により、メニュー変更の場合がございます。 ご了承ください。	
鶏とイカの 唐揚げ薬味だれ おでん風煮物 ココロ炒め~カレー風味 ポテトサラダ				
個	個		個	

■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いたします。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◇

足元を踏る色とりどりの落ち葉や風の冷たさに、晩秋を感じる季節となりました。秋から冬へと変わりゆくこの頃。衣服をこまめに調整しながら、これから一段と寒くなる季節に負けず、ビタミン・ミネラルを十分にとり、バランスの良い食事をとることで風邪の予防をしましょう！風邪を防ぐには、免疫機能を高めること、身体をあたためることが大切です。身体をあたためる食品...ネギ・ニラ・タマネギ・ショウガ・ニンニク・カボチャ・ゴボウ・ニンジン・ダイコンなど積極的に摂れると良いですね♪

~今月のおすすめ~

18日(水) 鱈と魚河岸揚げ チキンのパプリカトマト煮 牛蒡の揚げ出し さつま芋とりんごのサラダ

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

お昼用のお弁当です。
お早めにお召し上がりください。

