

お弁当屋 はばたき

電話 : 2968-6970

FAX : 2968-6980

住所 : 狭山市新狭山3-8-5

はばたきは、障がいを抱え
たご利用者様とお弁当作り
に励んでいます。
感染症防止も気を付けながら
働いております！

550円

ボリュームアップのA定食
700円

☆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。

お昼用のお弁当です。
お早めにお召し上がりください。

| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 |
|--|--|---|---|--|
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  <p>謹賀新年</p> <p>2022年もはばたき弁当を よろしく願っています</p> |  | 混ぜ寿司 野菜コロッケ 鶏団子の黒酢あんかけ マカロニナポリタン 青菜とワカメのお浸し | 菜飯 ぶり大根と千種焼き カニクリームコロッケ いかとにんにくの芽の甘辛炒め 人参とオレンジのサラダ | 煮込みハンバーグ～玉ねぎたっ ぶり和風ソース 冬のラタトゥイユ 小松菜と切り昆布の煮浸し 煮り合わせサラダ ～人参ドレッシング |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|  <p>成人の日</p> | サーモンフライと野菜の タルタルソース添え 麻婆白菜 牛蒡と大根の田舎煮 山菜そばサラダ | 鶏だしおでん 野菜の天ぷら たけのこメンマ 白和え風サラダ | 鶏唐揚げと揚げじゃがの ネギ塩レモン キャベツとチーズの玉子焼き カレー味のきんぴら 大根とりんごのサラダ | 小豆ご飯 鮭と厚揚げと野菜の田舎煮 シューマイ 田舎風チャブチェ ココロサラダ |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 鶏肉の味噌漬け焼き 温野菜のミートソース 三色炒め 白菜の浅漬け | 焼き鯖とコーンポタージュ フライ、大根の甘酢漬け 豚肉と根菜の煮物 人参しりしり 小松菜の胡麻味噌和え | 黒酢ミートボール 焼きビーフン～カレー風味 いろいろ煮物 白菜とりんごのサラダ | 味噌煮込みおでん ミニ野菜コロッケ たたき牛蒡 カリフラワーのツナレモンサラダ | 鶏天と野菜天 鱈のチゲ煮 ひじきとピーマンの炒め さつま芋とブロッコリーの胡麻和え |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| ほたてと昆布の炊き込みご飯 焼き鶏と焼き野菜の 田楽味噌盛り 露とぜんまいの煮物 五菜お浸し じゃが芋と玉子の香草サラダ | 海老フライとヒレカツ ピーマンとこんにゃくの味噌炒め ココロサラダ フルーツ杏仁 | 鯖のレモン焼と 蓮根のはさみ焼き 揚げ出し豆腐 ～三種のきのこおろし 三色炒め 彩り野菜の胡麻酢和え | 菜花とじゃこのご飯 鮭と野菜ののっぺい煮 ささみカツ 切り昆布とピーマンのナムル かぼちゃサラダ | チキンのパブリカトマト煮 ほうれん草の玉子とし セロリ入りきんぴら マカロニサラダ |
| 31 | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 日替わり弁当 550円 </div>  <p>野菜の仕込み、味付け、お弁当の盛 り付けなど、すべて手作業で一ツ ツ丁寧に作っております。ご飯の量 ややわらかさなど、ご希望あればお 問い合わせください*</p> | | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> A定食700円 </div>  <p>日替わり弁当では物足りないとい う方は「A定食」がおすすめ！日替わ り弁当の内容にプラスして、おかず が入ったボリューム満点な献立は男 性や働く方にも大人気♪</p> | |

■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關しても前日14:00までにご連絡をお願
い致します。注文方法は電話・FAXでも承ります。
◆お弁当の配達時間について◆
配達時間の指定はできません。出来上がり次第お昼までに配達いたし
ます。ご不在の場合あらかじめご連絡いただくと幸いです。
◆配達割引◆
同じお届け先で一度に10食以上の注文ですと、配達割引として一食500円
が適用されます。3日前までに一度ご相談ください。
◆定期注文も大歓迎です◆

はばたき弁当通信
1月は旧暦で「睦月(むつき)」とも呼ばれます。仲良く親しむことを意味する「睦む(むつむ)」という言葉
から、お正月に家族や親類が仲良く過ごす姿を表したことが由来とも言われているそうです。良い言葉
ですので、この機会にご利用者さんにも伝えていきたいと思ひます^^
新しい一年が、皆様にとって笑顔がたくさんになる年になりますよう、お祈り申し上げます。

さて、白菜、キャベツ、ほうれん草等、冬に食べ頃を迎える野菜は、甘みが強いう特徴があります。はば
たき弁当ではたくさん野菜を使用した献立になっておりますので、栄養をたくさんとって寒い冬を乗り越え
ましょう！

<1月のおすすめメニュー>
6日(木)ぶり大根と千種焼き 12日(水)鶏だしおでん 24日(月)焼き野菜の田楽味噌盛り

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/>



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。