

ひまわり弁当

令和5年 3月のメニュー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
お休み			1 サバ竜田揚げ 鶏しんじょう 千キンマリネ ひじき煮など	2 鶏唐揚げ ちくわ天ぷら 肉じゃが 卵焼きなど	3 豚の生姜焼き 揚げ豆腐 ポテトサラダ こんにゃく餅など	4 お休み
お休み	5	6	7	8(五目ご飯)	9	10
	油淋鶏 豆腐ハンバーグ スクランブルエッグ きんぴらなど	和風ハンバーグ コロッケ 千キンサラダ ピリ辛こんにゃくなど	白身フライ 鶏唐揚げ おでん 野菜炒めなど	焼鮭 天ぷら 五目煮 おはぎなど	鶏照焼き クリームシチュー エビ千り ちくわ昆布等	11 お休み
お休み	12	13	14	15	16(ちらしご飯)	17
		白身魚あんかけソース 高菜炒め サラスパ こんにゃく餅など	千キン南蛮 肉豆腐 マカロニケチャップ ちくわビーマン炒めなど	鶏唐揚げ コロッケ 豚しゃぶ わかめ酢の物など	焼鮭 天ぷら 五目煮 わらび餅など	ソースカツ あんかけ焼きそば ポテトサラダ 蓮根きんぴらなど
お休み	19	20	21	22	23	24
		焼鮭 天ぷら 五目煮 おはぎなど	お休み	麻婆豆腐 豚しゃぶ 揚げ餃子 土佐煮など	洋風ハンバーグ 温野菜 鶏そぼろ 青菜ベーコンなど	カツ煮 焼サバ 切干マヨ 緑豆など
お休み	26	27	28	29	30	31
		煮込みハンバーグ エビフライ ミートソース きのこマリネなど	鶏唐揚げ甘酢ソース 肉じゃが ナムル きんぴらなど	鮭バジルソテー 筑前煮 かぼちゃココロサラダ 麻婆大根など	味噌カツ ロールキャベツ 炒り豆腐 お浸しなど	ピリ辛焼肉 サーモンフライ ポテトサラダ 切干大根など

ひまわり弁当 500円

◎ご注文は TEL042-569-3087
 ※当日配達分は7時~9時半までにご注文をお願いします。
 上記、以外にもご要望に合わせ特別弁当も承りますので
 ご相談下さいませ。

尚、10食以上の場合は前日までにご連絡をお願いします。

特定非営利活動法人 武蔵村山ひまわり

武蔵村山市残堀1-28-3

e-mail himawarihouse@cyber.ocn.ne.jp



http://www.himawarihouse.org/index.html

★ボリューム満点！こんなイメージのお弁当です。
 メイン以外は仕入れ状況、畑の収穫状況等により
 内容は変わりますのでご了承願います。



唐揚げ・コロッケ・豚しゃぶなど



照焼き千キン・クリームシチューなど



千キン南蛮・肉豆腐など



焼鮭・天ぷら・五目煮など

★当日の配達量によっては希望の配達時間に間に合わない可能性があります
 ありますがご理解の程、宜しくお願いします。★ひまわり弁当は基本屋
 食として提供しておりますのでなるべく早めにお召上がり下さい。