ひまわり弁当　令和6年　10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
		1 とんかつ おでん 胡麻和え ひじき煮など	2 豚の生姜焼き 大学芋 ポテトサラダ お浸しなど	3 鮭西京焼き 天ぷら 筑前煮 卵焼きなど	4 天ぷら 白身フライ 高菜炒め こんにゃく餅など	5 お休み
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
6 お休み	7 ハンバーグ エビフライ ロールキャベツ チキンマリネなど	8 コロッケ 焼売 豆腐ハンバーグ 酢の物など	9(わかめご飯) かき揚げ エビフライ 五目煮 卵焼きなど	10 油淋鶏 肉じゃが 胡麻和え ゴマ団子など	11 カツ煮 サバの塩焼き 佃煮 きなこおはぎなど	12 お休み
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
13 お休み	14 お休み	15 鶏黒酢あんかけ 味噌おでん もやしナムル 桜小餅など	16 サーモンフライ 麻婆茄子 酢の物 揚げ焼売など	17 酢豚 春巻き かぼちゃ煮 煮豆など	18(鶏ごぼうご飯) 鶏唐揚げ コロッケ 五目煮 おはぎなど	19 お休み
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
20 お休み	21 デミハンバーグ じゃが芋フライ ケチャップソーセージ ひじきサラダなど	22 エビフライ 鶏天 チキンステーキ こんにゃく餅など	23(五目ご飯) 焼鮭 天ぷら 五目煮 卵焼きなど	24 赤魚野菜あんかけ 回鍋肉 春雨サラダ さつま芋煮など	25 ピリ辛焼肉 ちくわ昆布 ポテトサラダ お浸しなど	26 お休み
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日		
27 お休み	28 鶏唐揚げ アジ竜田揚げ オムレツ ひじき煮など	29 ソースカツ 肉じゃが 切干マヨ チキンマリネなど	30(ちらしご飯) 和風ハンバーグ ジャーマンポテト 煮物 カニカマサラダなど	31 チキンカツ 麻婆豆腐 ひじきサラダ ゴマ団子など		

ひまわり弁当
650円(大盛ご飯も同価格)

◎ご注文は TEL042-569-3087
※当日配達分は7時～9時30分までに
ご注文をお願いします。

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

照焼きチキン・クリームシチューなど

チキン南蛮・肉豆腐など

焼鮭・天ぷら・五目煮など