

ひまわり弁当

令和6年 11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 メンチカツ 白身西京漬け 揚げ豆腐 ひじき煮など	2 お休み
3 お休み	4 お休み	5 千キン南蛮 肉豆腐 マカロニケチャップ こんにゃく餅など	6 赤魚甘酢あんかけ 高菜炒め キャベツ揚げ炒め ソーセージなど	7(ちらしご飯) 焼鮭 天ぷら 五目煮 卵焼きなど	8 千キン香草焼き クリームシチュー ちくわ昆布 エビチリなど	9 お休み
10 お休み	11 和風ハンバーグ コロッケ かぼちゃサラダ きんぴらなど	12 大葉千キン 麻婆豆腐 もやしピリ辛 オクラ和えなど	13(鶏ごぼうご飯) 油淋鶏 豚しゃぶ 炒り豆腐 辛子和えなど	14 白身魚レモンペッパーソース 天ぷら 五目煮 おはぎなど	15 ソースカツ 肉じゃが 蓮根きんぴら レタスサラダなど	16 お休み
17 お休み	18 鶏唐揚げ コロッケ スクランブルエッグ 巾着煮など	19(五目ご飯) 千キン香草焼き ミートソース もやしナムル お浸しなど	20 洋風ハンバーグ 温野菜 青菜ベーコン炒め 中華春雨など	21 とんかつ カレー ピリ辛こんにゃく 白和えなど	22 ピリ辛焼肉 厚揚げ煮物 ポテトサラダ 酢の物など	23 お休み
24 お休み	25 カツ煮 サバの塩焼き 切干マヨ わらび餅など	26 白身魚塩麹焼き 天ぷら 五目煮 卵焼きなど	27 豚の生姜焼き 里芋煮物 ポテトサラダ ひじきサラダなど	28(わかめご飯) 春巻き エビチリ コロッケ煮 ゴマ団子など	29 焼鮭 天ぷら 筑前煮 こんにゃく餅など	30 お休み

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ください。



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