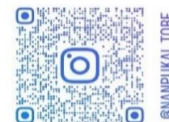


いつもハートピアみなみのお弁当を注文していただき、ありがとうございます。
 数に限りがございます。ご注文、追加、キャンセルは**当日9時半まで**にお電話にてお願いいたします。
 月～金曜日（祝日を除く）までお弁当を販売いたします。値段は1個450円です。
 ※仕入れの都合上、メニューを変更させていただく場合があります。

↓南風会ホームページ

↓南風会Instagram



日付	メニュー				
9月1日（日）	休業日のため、お休みします				
9月2日（月）	魚のマヨネーズ焼き	青菜とアサリの炒め物	切り干し大根の煮物	きゅうりとみょうがのひしお和え	わかめご飯
9月3日（火）	竹輪のかわり揚げ	ハムのマリネ	レンコンのおかか和え	人参の白和え	白飯
9月4日（水）	事業所内活動のため、お休みします				
9月5日（木）	茄子と豚肉の味噌炒め	ブロッコリーのチーズ焼き	カニカマの酢の物	卵サラダ	白飯
9月6日（金）	ツナコーンコロケ	ナポリタンスパゲティ	卵の花	海藻サラダ	白飯
9月7日（土）	休業日のため、お休みします				
9月8日（日）	休業日のため、お休みします				
9月9日（月）	八宝菜	つくね焼き	きんぴらレンコン	豆苗サラダ	白飯
9月10日（火）	きのこのグラタン	棒棒鶏	大根サラダ	いんげんの胡麻和え	白飯
9月11日（水）	チキンのカレー煮	ゴーヤチャンプル	マカロニサラダ	オクラの和え物	白飯
9月12日（木）	魚のフライ	冬瓜のひき肉あんかけ	中華サラダ	わかめの酢の物	ゆかりご飯
9月13日（金）	ハンバーグ	梅しそスパゲティ	ひじきの煮物	きゅうりの酢の物	白飯
9月14日（土）	休業日のため、お休みします				
9月15日（日）	休業日のため、お休みします				
9月16日（月）	休業日のため、お休みします				
9月17日（火）	鶏の味噌漬け焼き	オムレツ	春雨サラダ	かまぼこの酢の物	白飯
9月18日（水）	砥部町保健センター主催活動参加のため、お休みします				
9月19日（木）	ピーマンの肉詰め	野菜炒め	こんにゃくの土佐煮	キャベツのゆかり和え	白飯
9月20日（金）	チキン南蛮	和風スパゲティ	里芋サラダ	おはぎ	白飯
9月21日（土）	休業日のため、お休みします				
9月22日（日）	休業日のため、お休みします				
9月23日（月）	休業日のため、お休みします				
9月24日（火）	サバの塩焼き	冷しゃぶ	青菜の胡麻和え	ひじきの酢の物	白飯
9月25日（水）	ささみの梅しそフライ	イカと大根の煮物	レンコンの明太和え	もやしの酢の物	白飯
9月26日（木）	豚キムチ	五目ビーフン	キャベツとハムのサラダ	青菜のおひたし	白飯
9月27日（金）	麻婆豆腐	じゃがいもツナマヨ焼き	かぼちゃのそぼろ煮	トマトのマリネ	白飯
9月28日（土）	休業日のため、お休みします				
9月29日（日）	休業日のため、お休みします				
9月30日（月）	チキンのきのこソースかけ	高野豆腐の煮物	ツナサラダ	くらげの酢の物	白飯

今月のおすすめは、ささみの梅しそフライです！
梅は、疲労回復に効果ありです！



就労継続支援B型事業所 ハートピアみなみ
 （住所）愛媛県伊予郡砥部町原町166番地
 (TEL/FAX) 089-962-5092
 (E-mail) heartpia-minami8@nanpukai-tobe.or.jp

いつもハートピアみなみのお弁当を注文していただき、ありがとうございます。
 数に限りがございます。ご注文、追加、キャンセルは**当日9時半まで**にお電話にてお願いいたします。
 月～金曜日（祝日を除く）までお弁当を販売いたします。値段は1個450円です。
 ※仕入れの都合上、メニューを変更させていただく場合があります。

↓南風会ホームページ

↓南風会Instagram



日付	メニュー				
10月1日（火）	照り焼きチキン	野菜炒め	ひじきの煮物	ビーフンの酢の物	白飯
10月2日（水）	事業所内活動のため、お休みします				
10月3日（木）	たまごグラタン	ほうれん草とウインナーの炒め物	里芋サラダ	わかめの酢の物	白飯
10月4日（金）	魚のフライ	ポテトとベーコンのチーズ焼き	マカロニサラダ	きゅうりの酢の物	白飯
10月5日（土）	休業日のため、お休みします				
10月6日（日）	休業日のため、お休みします				
10月7日（月）	豚の生姜焼き	オムレツ	青菜の煮浸し	春雨の酢の物	白飯
10月8日（火）	芋炊き	鶏肉とキャベツの味噌炒め	卵の花	豆苗サラダ	ゆかりご飯
10月9日（水）	ピーマンの肉詰め	揚げ出し豆腐	ポテトサラダ	ちりめんの酢の物	白飯
10月10日（木）	ポークピカタ	かぼちゃのチーズ焼き	海藻サラダ	大学芋	白飯
10月11日（金）	塩から揚げ	筑前煮	もやしのカレーソテー	かまぼこの酢の物	白飯
10月12日（土）	社会福祉法人 南風会 20周年記念行事				
10月13日（日）	休業日のため、お休みします				
10月14日（月）	休業日のため、お休みします				
10月15日（火）	焼魚	豚ニラ炒め	春雨サラダ	切干大根の煮物	白飯
10月16日（水）	鶏の味噌つけ焼き	秋野菜の天ぷら	きんぴらごぼう	人参の胡麻和え	白飯
10月17日（木）	麻婆茄子	イカと野菜のガーリック炒め	レンコンの明太和え	糸こんにゃくのサラダ	白飯
10月18日（金）	豚肉のケチャップ煮	シーフードマリネ	大根サラダ	白菜のピリ辛和え	白飯
10月19日（土）	休業日のため、お休みします				
10月20日（日）	休業日のため、お休みします				
10月21日（月）	サバの味噌煮	豚肉ときくらげの卵とじ	きんぴらレンコン	切干大根のゆかり和え	白飯
10月22日（火）	ハートピアコロケ	ナポリタンスパゲティ	たまごサラダ	たくあんの和え物	白飯
10月23日（水）	特注弁当のため、お休みします				
10月24日（木）	チキンのマスタード焼き	さつまいもと切り昆布の煮物	ごぼうサラダ	わかめとかまぼこの酢の物	白飯
10月25日（金）	豆腐ステーキ	ツナじゃが	スパゲティサラダ	カニカマの酢の物	わかめご飯
10月26日（土）	休業日のため、お休みします				
10月27日（日）	砥部町福祉フェスタに出店のため、お休みします				
10月28日（月）	事業所内活動のため、お休みします				
10月29日（火）	ハンバーグ	和風スパゲティ	さつまいもサラダ	大根のなます	白飯
10月30日（水）	魚の南蛮漬け	高野豆腐の煮物	中華サラダ	いんげんの卵とじ	白飯
10月31日（木）	かぼちゃのミートパイ	里芋と鶏肉の煮物	ポテトのパセリ和え	野菜の胡麻和え	白飯

秋の味覚が盛り沢山!!
かぼちゃ、里芋、さつまいも...
おすすめメニューが盛り沢山!!



就労継続支援B型事業所 ハートピアみなみ
 （住所）愛媛県伊予郡砥部町原町166番地
 （TEL/FAX）089-962-5092
 （E-mail）heartpia-minami8@nanpukai-tobe.or.jp