

◎ 夏本番です。外に出るときは帽子や日傘を使い暑さ対策をしましょう

日	月	火	水	木	金	土
						1 夏野菜カレー 煮物 ポテトフリット * 黒糖寒
2	3 鶏の塩麹焼 五目きんぴら 酢の物 * わらび餅	4 鮭のムニエル ひじきの煮物 冬瓜の鶏そぼろあん * マンゴープリン	5 ピーマンの肉詰 煮物 トマトと茗荷のサラダ * サンドイッチ	6 天麩羅 切干大根の煮物 おひたし * 抹茶寒天	7 煮魚 青椒肉絲 大学芋 * シューアイス	8 豚肉の葱味噌焼 煮物 おひたし * 黄桃ゼリー
9 お休	10 山の日 焼魚 豚肉と茄子の 辛味噌炒め 冷奴 * 洋菓子	11 ★誕生会★ ポークソテー 煮物 おひたし * ところてん	12 鶏の七味焼 五目煮 南瓜の甘煮 * コーヒーゼリー	13 鰯の照焼 じゃが芋の炒め煮 胡麻和え * ブラマンジュ	14 ミートボールの酢豚風 煮物 おひたし * プリン	15 鶏のレモンマリネ 煮物 おひたし * 小豆ミルク
16 お休	17 ★誕生会★ ミートローフ 煮物 胡麻和え * フルーツゼリー	18 ★誕生会★ 棒々鶏 煮物 茄子の揚浸し * プリンアラモード	19 ★誕生会★ 鯔の南蛮漬 卵と木茸の炒め物 おひたし * ヨーグルトムース	20 ★誕生会★ 豚肉のBBQソース 煮物 おひたし * 白玉ぜんざい	21 ★誕生会★ 鶏のハーブ焼 煮物 人参サラダ * あんみつ	22 ★誕生会★ 焼魚 ミートグラタン トマトサラダ * チョコレートムース
23 お休	24 茄子の挟み揚 煮物 酢味噌和え * カルピスとクッキー	25 鱈の更紗焼 ジャーマンポテト おひたし * チーズケーキ	26 豚肉の生姜焼 野菜炒め 酢の物 * わらび餅	27 八宝菜 茎若布の煮物 おひたし * シューアイス	28 焼魚 麻婆南京 おひたし * 二色寒天	29 鶏のトマト煮 煮物 胡麻和え * お団子
30 お休	31 鮭の味噌マヨ焼 切昆布の煮物 おひたし * 抹茶寒天	* 日頃、お気づきの点があれば、おっしゃってください。対応もご相談に応じます。				