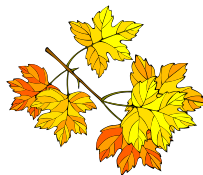



◎ まだまだ残暑が厳しいです。夏の疲れを残さないように十分な休養を。

日	月	火	水	木	金	土
		1 ・ ピーマンの肉詰 ・ 煮物 ・ おひたし  * 紅茶とクッキー	2 ・ 煮魚 ・ 青椒肉絲 ・ おひたし  * マンゴープリン	3 ・ 鶏の香味揚 ・ じゃが芋の炒め煮 ・ おひたし  * ところてん	4 ・ ポークソテー ・ 煮物 ・ 酢の物  * 白玉ぜんざい	5 ・ カニ玉 ・ 五目きんぴら ・ 揚げ茄子  * ヨーグルト
6	7 ・ グリルチキン ・ 煮物 ・ おひたし  * シューアイス	8 ・ 煮魚 ・ かき揚げ ・ 酢の物  * 杏仁豆腐	9 ・ イタリアンハンバーグ ・ ひじきの煮物 ・ トマトサラダ  * 羊羹	10 ・ 家常豆腐 ・ 煮物 ・ おひたし  * ブラマンジュ	11 ・ 焼魚 ・ 筑前煮 ・ 胡麻酢和え  * オレンジゼリー	12 ・ ミルフィーユカツ ・ 煮物 ・ 人参サラダ  * プリン
13	14 ・ 煮魚 ・ キッシュ ・ おひたし  * わらび餅	15 ・ ミートボールの甘辛煮 ・ 卵と春雨の炒め物 ・ さつま芋のレモン煮  * 黄桃ゼリー	16 ・ 栗ご飯 ・ 鶏の塩麴焼 ・ 煮物 ・ 胡麻和え * パンケーキ	17 ・ 豚肉のソースマリネ ・ 煮物 ・ おひたし  * あんみつ	18 ・ ミックスフライ ・ 切干大根の煮物 ・ おひたし  * ミルクティパンナコッタ	19 ・ 鮭のチャンチャン焼 ・ 煮物 ・ おひたし  * お団子
20	21 敬老の日/誕生会 ・ 天麩羅 ・ 茎若布の煮物 ・ おひたし  * プリンアラモード	22 秋分の日/誕生会 ・ つくねの照り煮 ・ 野菜炒め ・ 南瓜の甘煮  * モンブラン	23 誕生会 ・ ポークピカタ ・ 煮物 ・ おひたし  * チョコレートムース	24 ・ 焼魚 ・ 麻婆茄子 ・ おひたし  * チーズケーキ	25 ・ ミートローフ ・ 煮物 ・ おひたし  * 抹茶寒天	26 ・ 鶏の照焼 ・ ジャーマンポテト ・ 酢味噌和え  * シューアイス
27	28 ・ 焼肉 ・ 煮浸し ・ 春雨サラダ  * コーヒーゼリー	29 ・ カレー ・ コールスローサラダ ・ 煮物  * トライフル	30 魚の竜田揚 チャプチェ おひたし  * スイートポテト			

\* 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。