

◎ まだまだ残暑が厳しいです。朝晩の気温差に注意しましょう。

日	月	火	水	木	金	土
				1 ・ 八宝菜 ・ 煮物 ・ ポテトのチーズ焼 * あんみつ	2 ・ 煮魚 ・ 麻婆南京 ・ おひたし * マンゴープリン	3 ・ ミルフィーユカツ ・ 煮物 ・ 人参サラダ * シューアイス
4 お休	5 ・ 魚の更紗焼 ・ 煮物 ・ 酢味噌和え * 栗ぜんざい	6 ・ フリッター ・ 切干大根の煮物 ・ 胡麻和え * 黒糖寒天	7 ・ 焼肉 ・ 野菜炒め ・ おひたし * 桃のコンポート	8 ・ 焼魚 ・ 揚餃子のあんかけ ・ 南瓜サラダ * わらび餅	9 ・ ハンバーグ ・ トマトサラダ ・ 煮物 * トライフル	10 ・ 鶏の照焼 ・ 煮物 ・ 鉄骨サラダ * スイートポテト
11 お休	12 ・ スパニッシュオムレツ ・ 煮物 ・ 胡麻和え * 杏仁豆腐	13 ・ 豚肉の生姜焼 ・ 煮浸し ・ ポテトフリット * フルーツポンチ	14 ・ 焼魚 ・ 卵と春雨の炒め物 ・ 酢の物 * 梅ゼリー	15 ・ キーマカレー ・ 煮物 ・ フルーツ * コーヒーゼリー	16 ・ 酢鶏 ・ 煮物 ・ おひたし * チョコレートムース	17 ・ 煮魚 ・ 青椒肉絲 ・ さつま芋のレモン煮 * ヨーグルト
18 お休	19 敬老の日 ・ 天麩羅 ・ ひじきの煮物 ・ 酢の物 * ショートケーキ	20 ・ 魚の鍋照焼 ・ ジャーマンポテト ・ おひたし * 水羊羹	21 ・ 豚肉のおろしポン酢 ・ 煮物 ・ 大学芋 * 紅茶ケーキ	22 ・ 鶏のハーブ焼 ・ 煮物 ・ おひたし * たこ焼	23 秋分の日 ・ 栗ご飯 ・ 魚の塩麴 ・ 豚肉と茄子の味噌炒め ・ 酢の物 * 牛乳餅	24 ・ カニ玉 ・ 五目きんぴら ・ おひたし * オレンジゼリー
25 お休	26 ・ ミートローフ ・ 煮物 ・ おひたし * 抹茶寒天	27 ・ 家常豆腐 ・ パスタサラダ ・ おひたし * 和菓子	28 ・ 鶏のオレンジ煮 ・ 茎若布の煮物 ・ おひたし * プリン	29 ・ ミックスフライ ・ 煮物 ・ 酢の物 * フルーツゼリー	30 ・ ポークピカタ ・ じゃが芋の炒め煮 ・ おひたし * クッキーとカルピス	

* 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。