

◎ まだまだ暑い毎日です。体調管理に注意しましょう。

日	月	火	水	木	金	土
					1 <ul style="list-style-type: none"> 白身魚のパイナップルソース 煮物 おひたし ＊ シューアイス	2 <ul style="list-style-type: none"> ピーマンの肉詰 ひじきの煮物 酢の物 ＊ マンゴープリン
3 お休	4 <ul style="list-style-type: none"> 焼肉 じゃが芋の炒め煮 ナムル ＊ パンケーキ	5 <ul style="list-style-type: none"> 魚の照焼 野菜炒め おひたし ＊ わらび餅	6 <ul style="list-style-type: none"> 棒々鶏 煮物 おひたし ＊ コーヒーゼリー	7 <ul style="list-style-type: none"> フリッター 切干大根の煮物 おひたし ＊ みつ豆	8 <ul style="list-style-type: none"> ポークピカタ 煮物 中華サラダ ＊ 杏仁豆腐	9 <ul style="list-style-type: none"> 焼魚 野菜天 おひたし ＊ 林檎と紅茶のケーキ
10 お休	11 <ul style="list-style-type: none"> チキンソテー 煮物 おひたし ＊ 黒糖寒天	12 <ul style="list-style-type: none"> ミルフィーユカツ 煮物 人参サラダ ＊ サンドイッチ	13 <ul style="list-style-type: none"> 焼魚 筑前煮 さつま芋のレモン煮 ＊ ヨーグルト	14 <ul style="list-style-type: none"> カレー 煮物 コールスローサラダ ＊ フルーツゼリー	15 <ul style="list-style-type: none"> 煮魚 青椒肉絲 おひたし ＊ たこ焼	16 <ul style="list-style-type: none"> 麻婆春雨 煮物 おひたし ＊ スイートポテト
17 お休	18 敬老の日 <ul style="list-style-type: none"> 天麩羅 切干大根の煮物 酢の物 ＊ ショートケーキ	19 <ul style="list-style-type: none"> 魚の更紗焼 煮物 胡麻和え ＊ 抹茶寒天	20 <ul style="list-style-type: none"> 豚肉の生姜焼 卵と春雨の炒め物 おひたし ＊ シューアイス	21 <ul style="list-style-type: none"> 煮魚 ホットサラダ おひたし ＊ チョコレートムース	22 <ul style="list-style-type: none"> ミートローフ 煮物 胡麻酢和え ＊ みたらし団子	23 秋分の日 <ul style="list-style-type: none"> 鶏のハーブ焼 煮物 春雨サラダ ＊ フルーツポンチ
24 お休	25 <ul style="list-style-type: none"> 魚の塩麴焼 煮物 おひたし ＊ ブラマンジェ	26 <ul style="list-style-type: none"> つくねの照り煮 煮浸し 揚げ茄子 ＊ プリン	27 <ul style="list-style-type: none"> オムレツ 五目きんぴら 酢の物 ＊ 和菓子	28 <ul style="list-style-type: none"> 鶏の香味揚 ジャーマンポテト おひたし ＊ わらび餅	29 <ul style="list-style-type: none"> 焼魚 麻婆南京 おひたし ＊ フレンチトースト	30 <ul style="list-style-type: none"> ハンバーグ 煮物 おひたし ＊ ぜんざい

* 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。