

◎ だんだん暑くなります。体調を崩さないように気をつけましょう

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	<ul style="list-style-type: none"> 棒々鶏 夏野菜の煮物 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> 魚の更紗焼 煮物 ピリ辛きゅうり 	<ul style="list-style-type: none"> 麻婆春雨 煮物 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> 煮魚 青椒肉絲 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> ポークソテー ナポリタン 煮物 	<ul style="list-style-type: none"> 七夕そうめん 天麩羅 フルーツ
	* 抹茶ムース	* バナナマフィン	* シューアイス	* お汁粉	* ミニパン	* 七夕ゼリー
7	8	9	10	11	12	13
お休	<ul style="list-style-type: none"> 焼魚 麻婆南京 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> 豚肉のソースマリネ 煮物 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> カニ玉 五目きんぴら おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏の香味焼 煮浸し ポテトフリット 	<ul style="list-style-type: none"> 夏野菜加カレー 煮物 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 魚の味噌マヨ焼 豚肉と木茸の酢炒め おひたし
	* バームクーヘン	* フルーツポンチ	* 梅ゼリー	* ヨーグルト	* プリン	* クッキーとカルピス
14	15	16	17	18	19	20
お休	海の日 <ul style="list-style-type: none"> 豚肉の生姜焼 煮浸し 胡麻酢和え 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏の塩麴焼 煮物 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> 魚の南蛮漬 じゃが芋の炒め煮 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> ピーマンの肉詰 煮物 胡麻和え 	<ul style="list-style-type: none"> 魚の黄身焼 煮物 トマトと茗荷のサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> つくねの照煮 野菜炒め おひたし
	* 杏仁豆腐	* 和菓子	* たこ焼	* 水羊羹	* 洋菓子	* シューアイス
21	22	23	24	25	26	27
お休	<ul style="list-style-type: none"> 魚の鍋照焼 卵と春雨の炒め物 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> メンチカツ 切昆布の煮物 胡麻和え 	<ul style="list-style-type: none"> 八宝菜 煮物 蒸し茄子 	<ul style="list-style-type: none"> 焼魚 回鍋肉子 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏のトマト煮 切干大根の煮物 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> ポークピカタ 煮物 酢味噌和え
	* わらび餅	* コーヒーゼリー	* あんみつ	* ショートケーキ	* 黒糖寒天	* パイナップルケーキ
28	29	30	31			
お休	<ul style="list-style-type: none"> フリッター 煮物 おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> ミートボールの甘辛煮 ジャーマンポテト おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏の鰯焼 煮物 人参サラダ 			
	* ぶどうゼリー	* サンドイッチ	* プラマンジュ			

* 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。