

◎ 残暑が厳しいです。体調管理に注意しましょう。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------|--|---|---|--|--|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | <ul style="list-style-type: none"> ・ 焼魚 ・ 煮物 ・ おひたし <p>* いちごムース</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ メンチカツ ・ 煮物 ・ 酢の物 <p>* ヨーグルト</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 煮魚 ・ チャプチェ ・ 蒸し茄子 <p>* 蒸しパン</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 鶏のBBQソース ・ 茎若布の煮物 ・ おひたし <p>* たこ焼</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 豚肉の生姜焼 ・ 煮物 ・ 酢味噌和え <p>* フルーツポンチ</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 魚の塩麴焼 ・ 回鍋肉子 ・ おひたし <p>* 黒糖寒天</p> |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| お休 | <ul style="list-style-type: none"> ・ ミートボールの酢豚風 ・ ひじきの煮物 ・ おひたし <p>* シューアイス</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 魚の更紗焼 ・ 煮物 ・ 胡麻和え <p>* バナナマフィン</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 鶏肉のピリ辛焼 ・ トマトサラダ ・ おひたし <p>* お汁粉</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 天麩羅 ・ 切干大根の煮物 ・ 酢の物 <p>* 杏仁豆腐</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 魚の鍋照焼 ・ じゃが芋の炒め煮 ・ おひたし <p>* モンブラン</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 焼肉 ・ 煮物 ・ 酢味噌和え <p>* わらび餅</p> |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| お休 | <p>敬老の日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ちらし寿司 ・ 焼魚 ・ 京がんもの炊き合せ <p>* あんみつ</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 棒々鶏 ・ 煮浸し ・ 里芋の煮っころがし <p>* ブラマンジェ</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ ポークピカタ ・ 煮物 ・ おひたし <p>* クッキーとカルピス</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 焼魚 ・ 麻婆茄子 ・ おひたし <p>* プリン</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ ミートローフ ・ 五目きんぴら ・ 胡麻酢和え <p>* ぶどうゼリー</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ フリッター ・ 煮物 ・ おひたし <p>* サンドイッチ</p> |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 秋分の日 | <p>振替休日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ カニ玉 ・ ひじきの煮物 ・ おひたし <p>* フルーツゼリー</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ カレー ・ 煮物 ・ 豆サラダ <p>* ぜんざい</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 魚のフライ ・ 煮物 ・ 南瓜のサラダ <p>* 菓子パン</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 肉豆腐 ・ ジャーマンポテト ・ おひたし <p>* コーヒーゼリー</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 鶏の味噌漬焼 ・ 野菜炒め ・ さつま芋のレモン煮 <p>* バームクーヘン</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 煮魚 ・ グラタン ・ 胡麻和え <p>* 抹茶ムース</p> |
| 29 | 30 | | | | | |
| お休 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 鶏の香味揚 ・ パスタサラダ ・ おひたし <p>* パンケーキ</p> | | | | | |

* 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。