



◎ 気持の良い過ごしやすい季節になりました

日	月	火	水	木	金	土
					1 ・ 麻婆春雨 ・ 煮物 ・ おひたし * 焼芋	2 ・ 煮魚 ・ グラタン ・ おひたし * わらび餅
3 憲法記念日	4 みどりの日 ・ 豚肉の生姜焼 ・ 煮浸し ・ さつま芋のレモン煮 * 苺のムース	5 こどもの日 ・ 焼魚 ・ 煮物 ・ 揚げ茄子 * 和菓子	6 振替休日 ・ つくねの照り煮 ・ じゃが芋の炒め煮 ・ おひたし * マンゴープリン	7 ・ 三色丼 ・ 煮物 ・ おひたし * 洋菓子	8 ・ ミルフィーユカツ ・ 煮物 ・ 人参サラダ * あんみつ	9 ・ 鶏のハーブ焼 ・ 煮物 ・ 大学芋 * コーヒーゼリー
10 お休	11 ・ 焼魚 ・ 木茸と卵の酢炒め ・ 南瓜の煮物 * 抹茶寒天	12 ・ ポークピカタ ・ 煮物 ・ 胡麻和え * ヨーグルトムース	13 ・ 天麩羅 ・ ひじきの煮物 ・ 酢の物 * 黒糖寒天	14 ・ ミートローフ ・ 煮物 ・ おひたし * フルーツポンチ	15 ・ 鶏のきじ焼 ・ 煮浸し ・ さつま芋の煮物 * マフィン	16 ・ 焼魚 ・ 茄子と豚肉の味噌炒め ・ おひたし * スイートポテト
17 お休	18 ・ ハンバーグ ・ 煮物 ・ 豆サラダ * フルーツゼリー	19 ・ チキンカレー ・ コールスローサラダ ・ 煮物 * わらび餅	20 ・ 焼魚 ・ がめ煮 ・ 胡麻和え * あんみつ	21 ・ 八宝菜 ・ 煮物 ・ さつま芋サラダ * 菓子パン	22 ・ 鯡の南蛮漬 ・ ジャーマンポテト ・ おひたし * プリン	23 ・ 豚しゃぶ ・ 煮物 ・ フルーツ * たこ焼
24 お休	25 ・ 酢鶏 ・ 煮物 ・ 茄子のお浸し * バナナケーキ	26 ・ 煮魚 ・ 卵と春雨の炒め物 ・ おひたし * 杏仁豆腐	27 ・ ピーマンの肉詰 ・ 煮物 ・ 南瓜サラダ * クッキーとカルピス	28 ・ カニ玉 ・ 五目きんぴら ・ おひたし * チョコレートムース	29 ・ 豚肉のソースマリネ ・ 切干大根の煮物 ・ おひたし * ぜんざい	30 ・ 鮭のムニエル ・ エビチリ ・ 煮物 * サンドイッチ

* 日頃、お気づきの点があれば、おっしゃってください。