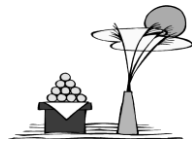


◎ まだまだ残暑が厳しいです。夏の疲れを残さないように十分な休養を。

日	月	火	水	木	金	土
		1 ・ ドライカレー ・ 焼魚 ・ マカロニサラダ * ブラマンジェ	2 ・ 豚カツ ・ 煮物 ・ おひたし * パンケーキ	3 ・ 鶏の照焼 ・ 煮浸し ・ 胡麻和え * コーヒーゼリー	4 ・ ミートボールのトマト煮 ・ 煮物 ・ おひたし * わらび餅	5 ・ 煮魚 ・ 卵と木茸の酢炒め ・ おひたし * フルーツゼリー
6 お休	7 ・ ポークソテー ・ 煮物 ・ おひたし * フルーツポンチ	8 ・ 八宝菜 ・ 煮物 ・ おひたし * バナナケーキ	9 ・ 焼魚 ・ 肉じゃが ・ 胡麻酢和え * シューアイス	10 ・ ピーマンの肉詰 ・ 切干大根の煮物 ・ 豆サラダ * 和菓子	11 ・ 鰯の南蛮漬 ・ 野菜炒め ・ さつま芋の煮物 * 杏仁豆腐	12 ・ 鶏のBBQソース ・ 煮物 ・ おひたし * ヨーグルト
13 お休	14 ・ 煮魚 ・ チャプチェ ・ 蒸し茄子 * プリン	15 ・ ポークピカタ ・ 五目きんぴら ・ おひたし * ぜんざい	16 ・ 鶏の塩麹焼 ・ 煮物 ・ 大学芋 * サンドイッチ	17 ・ フリッター ・ 切昆布の煮物 ・ おひたし * チョコレートムース	18 ・ ブラウンシチュー ・ 煮物 ・ 春雨サラダ * タコ焼	19 ・ 魚の味噌マヨ焼 ・ 煮物 ・ おひたし * 抹茶寒天
20 お休	21 敬老の日 ・ 赤飯風 ・ 天麩羅 ・ 酢の物 * ショートケーキ	22 国民の祝日 ・ 鮭のムニエル ・ 煮物 ・ 胡麻和え * 杏仁豆腐	23 秋分の日 ・ 豚肉の生姜焼 ・ 卵と春雨の炒め物 ・ 煮物 * マンゴープリン	24 ・ 煮魚 ・ グラタン ・ おひたし * 洋菓子	25 ・ 鶏の味噌漬焼 ・ 煮物 ・ おひたし * 黒糖寒天	26 ・ ハンバーグチーズのせ ・ コールスローサラダ ・ 煮物 * 蒸しパン
27 お休	28 ・ 魚の黄味焼 ・ 煮物 ・ おひたし * フルーツゼリー	29 ・ 豚肉の葱味噌焼 ・ じゃが芋の炒め煮 ・ おひたし * クッキーと紅茶	30 ・ カニ玉 ・ 煮物 ・ おひたし * 和菓子			

* 日頃、お気づきの点があれば、おっしゃってください。