

日	月	火	水	木	金	土
		<b>1 (誕生会)</b> 赤飯 鰯の照り焼き 茶わん蒸し ほうれん草の白和え 香の物・フルーツヨーグルト	<b>2</b> ごはん・味噌汁 豆腐ハンバーグ さつま芋のレモン煮 ほうれん草の胡麻和え 香の物・フルーツ	<b>3</b> ごはん・味噌汁 鶏団子とじゃが芋の煮物 玉子豆腐 胡瓜とカニカマの酢の物 香の物・フルーツ	<b>4</b> ごはん・味噌汁 イワシの蒲焼き じゃが芋の煮物 小松菜のおひたし 香の物・フルーツ	<b>5</b> ハヤシライス コンソメスープ 茄子の煮びたし ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ
		<b>6</b>	<b>7</b> ごはん けんちん汁 南瓜のサラダ 大豆の五目煮 香の物・フルーツ	<b>8</b> 五目ごはん 味噌汁 南瓜のそぼろ煮 キャベツの塩昆布和え 香の物・フルーツ	<b>9</b> ごはん・かき玉汁 白身魚のトマトソースかけ 切干大根の煮物 ブロッコリーのおかか和え 香の物・フルーツ	<b>10</b> ごはん・味噌汁 鮭のバター焼き さつま芋と人参の甘煮 ポテトサラダ 香の物・フルーツ
<b>13</b> 	<b>14</b> 三食丼 味噌汁 茄子の煮びたし ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ	<b>15</b> ごはん すいとん 茄子の肉味噌がけ ピーマンのおかか和え 香の物・フルーツ	<b>16</b> ごはん・味噌汁 豚肉の冷しゃぶ 人参のきんぴら 胡瓜とトマトの酢の物 香の物・フルーツ	<b>17</b> ごはん・味噌汁 ポテトコロッケ 胡瓜とリンゴの酢の物 キャベツの塩昆布和え 香の物・フルーツ	<b>18</b> ごはん・味噌汁 白身魚の野菜あんかけ 切干大根の煮物 エノキの梅肉和え 香の物・フルーツ	<b>19</b> ごはん・味噌汁 チキンカツ 金時豆の甘煮 ほうれん草の胡麻和え 香の物・フルーツ
<b>20</b> 	<b>21</b> ごはん・味噌汁 夏野菜のかき揚げ 金時豆の甘煮 胡瓜とオレンジの酢の物 香の物・フルーツ	<b>22</b> ごはん・味噌汁 カラスカレイのピカタ こふき芋 小松菜のおひたし 香の物・フルーツ	<b>23</b> いなり寿司 すまし汁 茄子の煮びたし スクランブルエッグ 香の物・フルーツ	<b>24</b> ごはん・味噌汁 豚肉の生姜焼き 春雨サラダ ブロッコリーのおかか和え 香の物・フルーツ	<b>25</b> ごはん・かき玉汁 ハンバーグ ポテトサラダ オクラのおひたし 香の物・フルーツ	<b>26</b> ごはん・味噌汁 さばの塩焼き 高野豆腐と人参の煮物 胡瓜とトマトの酢の物 香の物・フルーツ
<b>27</b> 	<b>28</b> ごはん・味噌汁 ピーマンの肉詰め きんぴらごぼう 冷奴 香の物・フルーツ	<b>29</b> ごはん・味噌汁 じゃが芋と鶏肉の煮物 金時豆の甘煮 ブロッコリーのシーチキンマヨ和え 香の物・フルーツ	<b>30</b> ごはん・味噌汁 カジキフライ ひじきと豚肉の煮物 胡瓜とカニカマの酢の物 香の物・フルーツ	<b>31</b> カレーうどん ミニおにぎり 野菜サラダ オクラのおかか和え 香の物・フルーツ		

※食材の都合によりメニューが変更になる場合があります。