

日	月	火	水	木	金	土	
		<p>今年はおリンピックの関係で祝日の変更になり、スポーツの日が10月11日から7月23日に変更になっています。今月は祝日がありませんので、皆さんお気をつけください。 新型コロナの感染拡大もすこしずつ下火になってきています。早くマスクを外して笑いあえる日が来ますように...。まだまだ気を引き締めていきましょうね。</p> <p>畑で採れたナスやピーマンを、漬物や和え物で食べた今年の夏。夏野菜も終わり、秋のじゃがいもを植えてみました。これからは春菊やネギにも挑戦してみようかな？サツマイモや里芋の収穫ももうそろそろ！まだまだ畑を楽しみましょう！</p>				<p>1 御祝赤飯 ブリの照り焼き 法蓮草の白和え 茶碗蒸し 香の物・フルーツ</p>	<p>2 ご飯・汁物 サバのレモン煮 南瓜の煮物 胡瓜の塩昆布和え 香の物・フルーツ</p>
行事予定					誕生会 		
3	<p>4 御祝赤飯 赤魚の煮付け 里芋と人参の紅白煮 茶碗蒸し 香の物・フルーツ</p>	<p>5 御祝赤飯 鮭の塩焼き 法蓮草の白和え 茶碗蒸し 香の物・フルーツ</p>	<p>6 ご飯・汁物 豚肉のネギ塩焼き 切り干し大根の煮物 ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ</p>	<p>7 ご飯・汁物 カジキのフライ 南瓜の煮物  ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ</p>	<p>8 二色丼 汁物 がんもどきの煮付 ほうれん草の胡麻和え 香の物・フルーツ</p>	<p>9 ご飯・汁物 みそおでん  きんぴらごぼう コールスローサラダ 香の物・フルーツ</p>	
行事予定	誕生会 	誕生会 					
10	<p>11 ご飯・汁物 和風ハンバーグ 茄子のおかか煮 キャベツのゆかり和え 香の物・フルーツ</p>	<p>12 ご飯・汁物 鶏肉のトマト煮 切り干し大根煮 胡瓜とツナのマヨ和え 香の物・フルーツ</p>	<p>13 ご飯・汁物  エビフライ 金時豆の甘煮 法蓮草の卵とし 香の物・フルーツ</p>	<p>14 ご飯・汁物 白身魚のトマトソースがけ 茄子の煮びたし 胡瓜とワカメの酢の物 香の物・フルーツ</p>	<p>15 ご飯・汁物 鶏のカレー焼き さつま揚げと大根煮 もやしと竹輪の和え物 香の物・フルーツ</p>	<p>16 玉子丼  汁物 がんもの煮物 春雨サラダ 香の物・フルーツ</p>	
行事予定							
17	<p>18 ご飯・汁物 肉じゃが ピーマンのおかか和え 金時豆の甘煮 香の物・フルーツ</p>	<p>19 ご飯・汁物 茄子ミートグラタン コールスロー トマトの胡麻和え 香の物・フルーツ</p>	<p>20  チャーハン 汁物 じゃがいもの煮物 胡瓜とカニカマの和え物 香の物・フルーツ</p>	<p>21 ご飯・汁物 鶏の唐揚げ 大豆の五目煮 胡瓜とじゃこの酢の物 香の物・フルーツ</p>	<p>22 ご飯・汁物 赤魚のとろろ蒸し もやしの白だし煮 胡瓜のゆかり和え 香の物・フルーツ</p>	<p>23 ご飯・汁物 カラスカレイの照焼き 茄子の生姜煮 胡瓜とカニカマの酢の物 香の物・フルーツ</p>	
行事予定							
24	<p>25 鮭寿司  汁物 じゃがいものそぼろ煮 キャベツの塩昆布和え 香の物・フルーツ</p>	<p>26 ご飯・汁物 唐揚げと茄子の甘辛煮 ほうれん草と舞茸の和え物 キャベツのゆかり和え 香の物・フルーツ</p>	<p>27 ご飯・汁物 鶏もも肉の味噌炒め かぼちゃの煮物 大根サラダ 香の物・フルーツ</p>	<p>28  ビーフシチュー ご飯 ピーマンと竹輪の炒め煮 春雨の酢の物 フルーツ</p>	<p>29 ご飯・汁物 焼き豆腐と豚肉とネギの味噌煮 金時豆の甘煮 コールスローサラダ 香の物・フルーツ</p>	<p>30 ご飯・冬瓜汁 メンチカツ スクランブルエッグ ほうれん草の胡麻和え 香の物・フルーツ</p>	
31	<p></p>						
行事予定							

※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。ご了承下さい。

引き続き、朝の検温、マスク着用のご協力を宜しくお願い致します。

