

日	月	火	水	木	金	土
		<p>緑がさわやかな、いい季節がやってきました！ ...とはいえ、お出かけもなかなかできないご時世ですが、心は晴々と元気よく過ごしたいものですね。 香南パラダイスでも感染防止の対策を取りながら、安心して過ごしていただけるように努めていきます。 そして、「あんなことやりたい！」「こんなことやらせて！」など、皆様の願いをぜひお聞かせください！ すべてにお応えすることはできないかもしれませんが、工夫をしながら一つ一つ夢をかなえていきたいと思ひます。</p>				1 ご飯・汁物 鯖の竜田揚げ トマトのふわ玉子 カニかまと胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ
2 	3 ご飯・汁物 肉じゃが 茄子の白だし煮 ブロッコリーのおかか和え	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	5  ご飯・汁物 鮭のピザ風焼き 厚揚げと大根の煮物 きのこの酢の物 香の物・フルーツ	6 親子丼 汁物 大豆の五目煮 春雨サラダ 香の物・フルーツ	7 ご飯・汁物 カラスカレイのピカタ じゃがいもと玉ねぎの煮物 きのこの酢の物 香の物・フルーツ	8 ご飯・汁物 鶏肉の照り焼 里芋の煮物 法蓮草の胡麻和え 香の物・フルーツ
行事予定		誕生会 				
9 	10 ご飯・汁物 白身魚のトマトソースかけ 小松菜のじゃこ炒め キャベツのゆかり和え 香の物・フルーツ	11 ご飯・汁物 鮭の塩焼き がんもの煮物 もやしの白だし煮 香の物・フルーツ	12 ご飯・汁物 チキン南蛮 さつま芋の甘煮 若布と胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ	13 ご飯・汁物 白菜メンチカツ 焼き豆腐の玉子とし 法蓮草の胡麻和え 香の物・フルーツ	14 ご飯・汁物 鯖の味噌煮 厚揚げと大根の煮物 白菜の酢の物 香の物・フルーツ	15 ご飯・汁物 カジキの照り焼き 南瓜の煮物 野菜サラダ 香の物・フルーツ
行事予定						
16 	17 チキンカレーライス スクランブルエッグ ピーマンのきんぴら 福神漬け フルーツ	18 ご飯・汁物 白身魚のピカタ 切り干し大根の煮物 胡瓜の塩昆布和え 香の物・フルーツ	19 五目御飯 お吸い物 白菜とはんぺんの煮物 じゃこおろし 香の物・フルーツ	20 ご飯・汁物 厚揚げバーグ 里芋の煮物 大根の酢の物 香の物・フルーツ	21 ご飯・汁物 とり天 小松菜と揚げのさっと煮 キャベツの青シソ和え 香の物・フルーツ	22 ご飯・汁物 豚しゃぶ胡麻ドレかけ たけのこのおかか煮 法蓮草のなめたけ和え 香の物・フルーツ
行事予定						
23 	24 ご飯・汁物 豚肉と焼き豆腐の味噌煮 人参と明太子の和え物 かおりキャベツ 香の物・フルーツ	25 ご飯・汁物 和風あんかけ豆腐 小松菜と揚げの炒め煮 トマトの胡麻和え 香の物・フルーツ	26 ご飯・汁物 舞茸煮込みハンバーグ 玉子豆腐 アスパラのマヨ和え 香の物・フルーツ	27 チラシ寿司 澄まし汁 じゃがいもの甘辛煮 ブロッコリーの酢の物 香の物・フルーツ	28 ご飯・汁物 ロール白菜 茄子ねぎ炒め 金時豆の甘煮 香の物・ライス付き	29 クリームシチュー スクランブルエッグ サラダ豆 フルーツ 香の物・ライス付き
行事予定						
30 	31 ご飯・汁物 豚バラ大根 茄子の煮物 ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ	<p>新型コロナウイルスワクチンクーポン券が郵送されてきていることと思ひます。 予約の方法など、わからないことがあったらご相談ください。 区役所や小学校での集団接種や指定医療機関での接種の方法があります。 かかりつけ医で接種可能な場合もあるので、一度確認してみたいはいかがでしょうか。</p> 				
行事予定						

今一度、気を引き締めて
 新型コロナウイルス感染対策

-  外出控え
-  密集回避
-  密接回避
-  密閉回避
-  換気
-  咳エチケット
-  手洗い

※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。