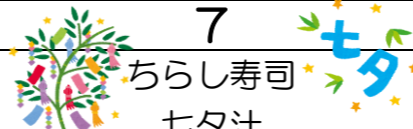




日	月	火	水	木	金	土	
		暑い夏がやってきました。夏バテをしないように、しっかりとご飯を食べて、元気に過ごしたいですね。 コロナワクチンの接種も進んでいます。安心してみんなで笑いあえる日まであと少し！と信じて、今一度気を引き締めて、感染対策に努めましょう！			1 ご飯・汁物 焼き豆腐のそぼろ煮 法蓮草の玉子和え 大根と人参の酢の物 香の物・フルーツ	2 ご飯・汁物 鯖の味噌煮 さつまいものレモン煮 胡瓜の塩昆布和え 香の物・フルーツ	3 御祝赤飯 ぶりの照り焼き 法蓮草の白和え 茶碗蒸し 香の物・フルーツ
					行事予定	オリンピックの関係で、今月は祝日に変更があります。	
4	5	6	7 	8	9	10	
	ご飯・汁物 赤魚のとろろ蒸し ピーマンと竹輪のきんぴら 金時豆の甘煮 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 牛肉とごぼうの時雨煮 焼きなす 小松菜のなめ茸和え 香の物・フルーツ	ちらし寿司 セタ汁 ひじきと大豆の煮物 ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 ポトフ 棒々鶏 南瓜の煮物 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 白身魚のピカタ 大豆の五目煮 ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 茄子と鶏肉の味噌炒め シーチキンサラダ キャベツの酢の物 香の物・フルーツ	
行事予定							
11	12	13	14	15	16	17	
	ご飯・汁物 ミルフィーユカツ マカロニサラダ オクラのおかか和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 赤魚の白菜蒸し 大根とはんぺんの煮物 法蓮草のピーナツ和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 チキンカツ 小松菜と竹輪の煮物 わかめと胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 カジキのフライ 切干大根の煮物 トマトと胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 冷しゃぶ 春雨サラダ キャベツの青じそ和え 香の物・フルーツ	ご飯 ビーフシチュー 小松菜と揚げの炒め 冷やっこ 香の物・フルーツ	
行事予定							
18	19	20	21	22	TOKYO 23 	24	
	豚丼  汁物 温泉玉子 キャベツの胡麻和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 鶏の唐揚げ 小松菜と揚げの煮物 キャベツのゆかり和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 鯖の照り焼き だし巻き玉子 胡瓜とカニカマの酢の物 香の物・フルーツ	 いなり寿司 汁物 がんもの煮物 春雨サラダ 香の物・フルーツ	 TOKYO 2021  和風ハンバーグ 小松菜と揚げの煮物 コールスローサラダ 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 豚肉と焼き豆腐の味噌煮 ツナサラダ 法蓮草の胡麻和え 香の物・フルーツ	
行事予定							
25	26	27	28 	29	30	31	
	ご飯・汁物 カジキの照り焼き 茄子とネギの炒め ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 白身魚のタラマヨ焼き 卵の花 オクラのおかか和え 香の物・フルーツ	うな丼  汁物 茄子の煮びたし キャベツと人参の酢の物 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 鯖の塩焼き 大豆の五目煮 胡瓜とりんごの酢の物 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 塩サケ じゃが芋と半ぺんの煮物 胡瓜の塩昆布和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 鶏肉の照り焼き 里芋と人参の煮物 隠元のソテー 香の物・フルーツ	
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。