

日	月	火	水	木	金	土
		<p>いよいよ梅雨の季節がやってきます。 あの国民的アニメ『サザエさん』でも、梅雨や雨にまつわるいろんな回がありました。 雨の日は、そんな昔の映像を探して楽しんでみるのもいいかもしれませんね。 おいしいものをたくさん食べて、ジメジメを吹き飛ばしましょう！</p>				
行事予定						
2	3	4	5	6	7	8
	 <p>御祝赤飯 赤魚の煮付け 里芋と人参の紅白煮 茶碗蒸し フルーツ</p>	 <p>御祝赤飯 鱈の照り焼き 法蓮草の白和え 茶碗蒸し フルーツ</p>	 <p>ご飯・汁物 豚の生姜焼き キャベツとブロッコリーの和風煮 さつまいものバター煮 フルーツ</p>	 <p>ご飯・汁物 カジキのフライ 法蓮草の卵とし 大根の甘酢 フルーツ</p>	 <p>ご飯・汁物 麻婆豆腐 青菜炒め キャベツとツナのマヨ和え フルーツ</p>	<p>ご飯・汁物 白身魚のトマト煮 大根とがんもの煮物 マカロニサラダ フルーツ</p>
行事予定	誕生会 	誕生会 	麻雀クラブ 		アートクラブ 	コーラスクラブ 
9	10	11	12	13	14	15
	<p>時の記念日</p> <p>ご飯・汁物 肉じゃが ひじきの白和え ツナとブロッコリーのマヨ和え フルーツ</p>	<p>ご飯・汁物 巣ごもりキャベツ スパゲティーサラダ じゃこおろし フルーツ</p>	 <p>新生姜ご飯 汁物 鮭の塩焼き 切干し大根の煮物 フルーツ</p>	 <p>ご飯・汁物 豚肉と茄子とピーマンの味噌炒め ポテトサラダ キャベツの塩昆布和え フルーツ</p>	 <p>ご飯・汁物 赤魚のおろし煮 いんげんと竹輪のきんぴら 白菜の塩昆布和え フルーツ</p>	<p>ご飯・汁物 和風あんかけ豆腐 切干し大根煮 胡瓜のおかか和え フルーツ</p>
行事予定				習字クラブ 	城・歴史クラブ 	ゲームクラブ 
16	17	18	19	20	21	22
	 <p>親子丼 汁物 小松菜のなめ茸和え コールスローサラダ フルーツ</p>	<p>ご飯・汁物 鮭の塩焼き ポテトサラダ 胡瓜とカニカマの酢の物 フルーツ</p>	 <p>ご飯・汁物 鶏のから揚げ 切り昆布とはんぺんの煮物 トマトの酢の物 フルーツ</p>	<p>ご飯・汁物 サバの味噌煮 スパゲッティサラダ 小松菜のおひたし フルーツ</p>	 <p>ご飯・汁物 豚しゃぶ 大根と人参の煮物 キャベツの塩昆布和え フルーツ</p>	<p>ご飯・汁物 鰯の幽庵焼き 南瓜の煮物 もずく酢 フルーツ</p>
行事予定	元気体操 	折り紙クラブ 	紙芝居 	ネイルアート 	麻雀クラブ 	
23	24	25	26	27	28	29
	<p>ご飯・汁物 サバの生姜煮 厚揚げと大根の煮物 トマトサラダ フルーツ</p>	 <p>ご飯・汁物 鶏の照り焼き 里芋と人参の煮物 春雨サラダ フルーツ</p>	<p>ご飯・汁物 カラスカレイのピカタ 新じゃがの煮物 竹輪と小松菜のピーナッツ和え フルーツ</p>	<p>ご飯・汁物 豆腐ハンバーグ 茄子の煮びたし 胡瓜とトマトの酢の物 フルーツ</p>	<p>ご飯・汁物 白身魚の野菜あんかけ スクランブルエッグ 法蓮草の胡麻和え フルーツ</p>	 <p>ご飯・汁物 回鍋肉 人参の酢の物 玉子豆腐 フルーツ</p>
30						
		コーラスクラブ 	カードクラブ 	習字クラブ 	アートクラブ 	

※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。

