

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				赤飯 鮭の西京焼き 豆腐のきのこあんかけ ポテトサラダ すまし汁	ヒレカツ 冬瓜の煮物 おくらとめかぶのモロヘイヤ和え ごはん 味噌汁	キーマカレー 海藻サラダ 福神漬け レアチーズケーキ
4	5	6	7	8	9	10
	手ごねハンバーグ 南瓜サラダ ごはん コンソメスープ 珈琲ゼリー	天ぷら うまい菜のお浸し ごはん すまし汁 漬物	山菜とろろそば やわらかイカフライ 枝豆ごはん プリン	鶏の塩だれ焼き ゼンマイの煮物 なめこおろし和え ごはん 味噌汁	☆夏祭りメニュー☆ 	たらの煮付け 春雨サラダ 温泉卵 ごはん すまし汁
11	12	13	14	15	16	17
	牛肉と野菜のオイスター炒め 卵豆腐 青梗菜のナムル ごはん 味噌汁	巻き寿司 いなり寿司 白菜のお浸し すまし汁 フルーツ缶	豚肉とキャベツのあっさり煮 白和え 胡瓜とちくわの梅和え ごはん 味噌汁	あじ大葉フライ 彩り高野豆腐の煮物 ほうれん草のごま和え ごはん 味噌汁	鶏の梅照り焼き 里芋の煮物 オクラのおかか和え ごはん 味噌汁	天津飯 海老シュウマイ キャベツのゆかり和え 中華スープ
18	19	20	21	22	23	24
	冷やし中華 春巻き ゆかりごはん フルーツ	豚肉と厚揚げの煮物 スパゲティサラダ ほうれん草のなめたけ和え ごはん 味噌汁	夏野菜のカレーライス 蓮根のサラダ 福神漬け 水ようかん	鶏肉の治部煮 焼き茄子 ブロッコリーのからし和え ごはん 味噌汁	鮭とキノコのバター醤油焼き かぼちゃの煮物 根菜と豆の黒ゴマサラダ ごはん 味噌汁	エビフライ きんぴらごぼう 味付けがんも ごはん 味噌汁
25	26	27	28	29	30	31
	鯖の味噌煮 牛肉コロッケ もずく和え ごはん すまし汁	牛皿煮 コールスローサラダ さつま芋の甘露煮 ごはん 味噌汁	マーボー豆腐 中華和え もやしのナムル ごはん わかめスープ	散らし寿司 里芋サラダ すまし汁 フルーツ	天ぷら わけぎの酢味噌和え 漬物 ごはん 味噌汁	豚肉の大葉炒め ひじき煮 なすのねぎソースがけ ごはん 味噌汁

※ メニューは変更になる場合があります。