

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					1日	2日
					鮭の塩焼き 里芋の肉味噌かけ いんげんとちくわの和え物	カレーあんかけスパ コロッケ コールスローサラダ
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
夏野菜の天丼 白菜の煮浸し かにかまサラダ	鶏肉のネギみそ焼き さわらのネギみそ焼き 冬瓜の煮つけ オクラの和え物	ハンバーグの甘辛煮 卵の花 もずくの酢の物	アジフライ 煮込みハンバーグ 青菜の煮浸し ポテトサラダ	セタそうめん ミニチラシ 玉子豆腐あんかけ 白菜のゆかり和え	白身魚のマスタード焼き 豚肉の味噌マヨネーズ焼き きんぴらごぼう煮 キャベツの和え物	鶏肉の甘辛だれかけ 糸昆布の煮もの かぼちゃサラダ
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
さばの味噌煮 鶏の照り焼き じゃがいもの煮付け いんげんとちくわの和え物	ビビンバ丼 温泉卵 きゅうりの中華和え	さわらの幽庵焼き 豚肉の味噌焼き 厚揚げと野菜の煮物 スパサラダ	唐揚げのおろしソースかけ 冬瓜のスープ煮 青菜の和え物	麻婆豆腐 白身魚フライ 餃子 ほうれん草の和え物	きつねそば とろろ 青菜のお浸し	梅ご飯 さばの竜田揚げ 焼きなす 春雨の酢の物
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
赤魚の煮付け きんぴらごぼう煮 さつまいもサラダ	サーモンフライ 豚肉の味噌焼き 青菜炒め 玉子豆腐	冷やし中華 エビシューマイ ツナサラダ	あじの塩焼き メンチカツ 青菜の煮浸し スパサラダ	豚肉のゴマ焼き 茄子の煮付け オクラの酢の物	親子丼 冷奴 キャベツの胡麻和え	ドライカレー イカリングフライ ブロッコリーサラダ
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
白身魚の一味焼き 豚肉の一味焼 じゃがいもの煮付け いんげんとちくわの和え物梅和え	おろしとんかつ きんぴらごぼう煮 春雨サラダ	白身魚のネギソースかけ 白身魚の磯焼 チンゲン菜のスープ煮 ポテトサラダ	鶏肉のバンバンジーソースかけ 夏野菜の煮物 ほうれん草の和え物	きしめん かきあげ 青菜の辛し和え	卵とじエビフライ うな重 冷奴 わかめときゅうりの酢の物	混ぜご飯 鯖の塩焼き 青菜の和え物 ウィンナーと野菜のスープ煮
31日						
夏野菜カレーライス ホタテフライ トマトサラダ	<p style="text-align: center;"> の箇所は選択メニューのお食事になります (*▽*) 全てのお食事にご飯と汁物が付きます！！ (丼物、麺類等を除きます) </p>					