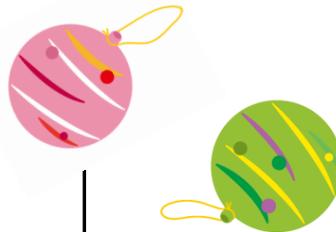


令和元年8月（前半）

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	
					ご飯 鶏肉の中華風焼き ピーマンのおかか和え 冬瓜のスープ	彩りそうめん 茄子の煮浸し フルーツ	彩りそうめん 茄子の煮浸し フルーツ
4	5	6	7	8 誕生会	9 誕生会	10	
	わかめご飯 豚肉の冷しゃぶ じゃがいもの煮物 味噌汁	わかめご飯 豚肉の冷しゃぶ じゃがいもの煮物 味噌汁	鮭寿司 冬瓜のそぼろ煮 味噌汁 フルーツ	赤飯 魚の照り焼き 卵豆腐の蟹あんかけ きゅうりの梅肉和え 吸い物 フルーツ	赤飯 魚の照り焼き 卵豆腐の蟹あんかけ きゅうりの梅肉和え 吸い物 フルーツ	ご飯 鶏肉の中華風焼き ピーマンのおかか和え 冬瓜のスープ	
11	12	13	14	15	16	17	
	五目ご飯 かぼちゃの煮物 肉しゅうまい もずく酢 味噌汁 フルーツ	五目ご飯 かぼちゃの煮物 肉しゅうまい もずく酢 味噌汁 フルーツ	ゆかりごはん すいとん汁 わかめの酢の物 フルーツ	ゆかりごはん すいとん汁 わかめの酢の物 フルーツ	カレーライス コールスローサラダ コンソメスープ 乳酸菌飲料	カレーライス コールスローサラダ コンソメスープ 乳酸菌飲料	

令和元年8月（後半）

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
18	19	20	21	22	23	24
	ご飯 ささみの味噌カツ 春雨サラダ もずく汁 香の物	ご飯 ささみの味噌カツ 春雨サラダ もずく汁 香の物	流しそうめん わかめご飯 鶏肉の金平糖煮 人参のマリネ フルーツ	流しそうめん わかめご飯 鶏肉の金平糖煮 人参のマリネ フルーツ	ご飯 鮭の塩焼き かぼちゃの煮物 もずく酢 味噌汁 香の物	ご飯 鮭の塩焼き かぼちゃの煮物 もずく酢 味噌汁 香の物
25	26	27	28	29	30	31
	ご飯 鯖の照り焼き じゃがいもの煮物 きゅうりの酢の物 味噌汁	ご飯 鯖の照り焼き じゃがいもの煮物 きゅうりの酢の物 味噌汁	パン ラタトゥーユ マカロニサラダ フルーツ	パン ラタトゥーユ マカロニサラダ フルーツ	ご飯 肉団子の甘辛煮 わかめのナムル すまし汁 香の物	ご飯 肉団子の甘辛煮 わかめのナムル すまし汁 香の物



長かった梅雨もやっと明けて、本格的な夏到来ですね。
夏野菜は体を冷やして、夏バテを予防する作用があります。
旬野菜を積極的に食べて暑い夏を乗り切りましょう！
また、暑い日々の中に『涼』を感じていただこうと、
今年も“流しそうめん”を行いますのでお楽しみに！



※食材や献立が都合により変わる場合がございます。ご了承下さい。