

令和3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	4	5 誕生会	6 誕生会	7
	ごはん 肉団子の甘辛煮 わかめのナムル すまし汁 香の物	ごはん 肉団子の甘辛煮 わかめのナムル すまし汁 香の物	お楽しみ弁当 味噌汁	赤飯 白身魚の塩麴焼き 卵豆腐のあんかけ 吸い物 フルーツ	赤飯 白身魚の塩麴焼き 卵豆腐のあんかけ 吸い物 フルーツ	夏野菜カレーライス コールスローサラダ コンソメスープ フルーツ
8	9	10	11	12	13	14
	鮭寿司 冬瓜のそぼろ煮 味噌汁 フルーツ	鮭寿司 冬瓜のそぼろ煮 味噌汁 フルーツ	ごはん ハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁 香の物	ごはん ハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁 香の物	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
15	16	17	18	19	20	21
	ごはん 鶏肉の中華風焼き ピーマンの塩昆布和え 冬瓜の中華風スープ フルーツ	ごはん 鶏肉の中華風焼き ピーマンの塩昆布和え 冬瓜の中華風スープ フルーツ	ごはん 鮭の塩焼き なすの煮物 もずく酢 味噌汁 香の物	ごはん 鮭の塩焼き なすの煮物 もずく酢 味噌汁 香の物	わかめごはん そうめん 鶏肉の金平糖煮 人参のマリネ フルーツ	わかめごはん そうめん 鶏肉の金平糖煮 人参のマリネ フルーツ

令和3年8月

(後半)

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
22	23	24	25	26	27	28
	ごはん 鯖の照り焼き かぼちゃの煮物 春雨の酢の物 味噌汁 香の物	ごはん 鯖の照り焼き かぼちゃの煮物 春雨の酢の物 味噌汁 香の物	パン ラタトゥイユ マカロニサラダ フルーツ	パン ラタトゥイユ マカロニサラダ フルーツ	ごはん ささみの味噌カツ 春雨サラダ もずく汁 香の物	ごはん ささみの味噌カツ 春雨サラダ もずく汁 香の物
29	30	31				
	梅ごはん 豚肉の冷しゃぶ じゃが芋の煮物 すまし汁	梅ごはん 豚肉の冷しゃぶ じゃが芋の煮物 すまし汁				
		<p>本格的な夏到来！！皆さんいかがお過ごしでしょうか。 水分はしっかり取れていますか？食欲がおちてはいませんか？ 夏野菜は体を冷やして夏バテを予防してくれる効果があります。 トマトやきゅうり、なすなどの旬野菜を積極的に食べて暑い夏を元気に乗り切りましょ う！！</p>				
<p>※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。</p>						