

令和4年7月

(前半)

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					わかめごはん 豚肉の冷しゃぶ じゃがいもの煮物 すまし汁	わかめごはん 豚肉の冷しゃぶ じゃがいもの煮物 すまし汁
3	4	5	6 七夕	7 七夕	8	9
	ごはん 塩鮭 切干大根の煮物 もずくの酢の物 味噌汁 香の物	ごはん 塩鮭 切干大根の煮物 もずくの酢の物 味噌汁 香の物	ごはん 鶏肉の三味焼 かぼちゃの煮物 七夕汁 フルーツ 香の物	ごはん 鶏肉の三味焼 かぼちゃの煮物 七夕汁 フルーツ 香の物	卵とじうどん <small>ささみとほうれん草の和え物</small> ゆかりおにぎり フルーツ	卵とじうどん <small>ささみとほうれん草の和え物</small> ゆかりおにぎり フルーツ
10	11	12 誕生会	13 誕生会	14	15	16 誕生会
	ごはん 豚肉の酢醤油和え ひじきの煮物 味噌汁 香の物	赤飯 カレイの照り焼き 卵豆腐の蟹あんかけ きゅうりの梅肉和え お吸い物 フルーツ	赤飯 カレイの照り焼き 卵豆腐の蟹あんかけ きゅうりの梅肉和え お吸い物 フルーツ	ごはん 豚肉の酢醤油和え ひじきの煮物 味噌汁 香の物	ハヤシライス グリーンサラダ コンソメスープ フルーツ	赤飯 カレイの照り焼き 卵豆腐の蟹あんかけ きゅうりの梅肉和え お吸い物 フルーツ

令和4年7月

(後半)

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
17	18	19	20	21	22 土用の丑	23 土用の丑
	ラーメン ギョーザ チャーハン	ラーメン ギョーザ チャーハン	ごはん つくねの梅あんかけ 人参のマリネ じゃがいもの煮物 味噌汁 香の物	ごはん つくねの梅あんかけ 人参のマリネ じゃがいもの煮物 味噌汁 香の物	うな丼 なすの煮浸し すまし汁 香の物 フルーツ	うな丼 なすの煮浸し すまし汁 香の物 フルーツ
24	25	26	27	28	29	30
	海老ピラフ グリーンサラダ もやしスープ フルーツ	海老ピラフ グリーンサラダ もやしスープ フルーツ	ごはん 鯖のねぎ塩焼き なすの煮物 もずくの酢の物 味噌汁 香の物	ごはん 鯖のねぎ塩焼き なすの煮物 もずくの酢の物 味噌汁 香の物	ごはん 鶏の照り焼き かぼちゃサラダ なめこ汁 香の物	ごはん 鶏の照り焼き かぼちゃサラダ なめこ汁 香の物



ジメジメと蒸し暑い日が続きますが、まもなく梅雨が明ければ夏到来です。暑さで体調を崩しやすくなるので、しっかり水分摂取して、美味しいごはんではエネルギーをつけ、元気に暑い夏をのりきりしましょう。7月のパラダイスのイベントもお楽しみに！

※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。