

02

## 今年も菖蒲園に出かけました！

6月16日、17日と恒例の「山田池公園の花菖蒲ツアー」に出かけました。  
天候に恵まれない日もありましたが、何とか菖蒲を楽しんでいただく事が出来ました。



頑張って歩いたよ！

楽しみやな～！



両手に・・・？

流行りの歯痛ポーズで



皆で、はい！チーズ！！

ちょっと休憩♪

ええ天気やなあ～

来年も、また行こ！

曜日	月	火	水	木	金	土	日
空き情報	○	△	◎	○	○	○	お休み



### 恒例のジャム作り！

ジューンベリーของジャム作りを行いました。  
初夏を感じる甘酸っぱさに、皆さん、とても喜んで下さっていました。  
もうすぐ、暑い夏がやってきますが、元気に乗り切りましょうね！！

# 7月の献立

月	火	水	木	金	土
		<b>1</b> ご飯 鶏の豆鼓蒸し ひじきとじゃが芋の煮物 胡瓜の甘酢和え 豆腐と椎茸の清汁	<b>2</b> たこ飯 シマホッケの塩焼き 茄子の煮物 白菜の味噌汁 フルーツ(ぶどう)	<b>3</b> ご飯 特製肉団子中華あん 小松菜の煮びたし スパサラダ 大根の味噌汁	<b>4</b> ご飯 鶏の照り煮 青梗菜の和風ソテー サラダ きのこの赤だし
<b>6</b> ご飯 鶏のにんにく醤油焼き 冬瓜のあんかけ もずく酢 絹あげの赤だし	<b>7</b> 枝豆ごはん セタソーメン 牛しゃぶサラダ 茄子の揚げ浸し フルーツ(スイカ)	<b>8</b> ご飯 鯖の生姜煮 高野サイコロ煮 胡瓜とワカメのごま酢 キャベツの味噌汁	<b>9</b> 流し素麺	<b>10</b> ご飯 ホキのグリル もやしの炒め物 手作り豆腐 ウマイ菜の味噌汁	<b>11</b> ご飯 豚のオイスター炒め 白なの煮びたし 南瓜と貝割れの味噌汁 キウイ・黄桃
<b>13</b> ご飯 太刀魚の山椒煮 里芋の肉味噌田楽 もやしの梅和え ウマイ菜の清汁	<b>14</b> ご飯 牛のすき煮風 胡瓜の土佐酢 大根の味噌汁 フルーツ	<b>15</b> ねぎとろ丼 白菜と油揚げの煮浸し 手作り茶碗蒸し 浅利と若布の味噌汁	<b>16</b> ご飯 鱈のグリル 里芋と豚の煮物 コールスロー 豆腐のコンソメスープ	<b>17</b> ご飯 ポークチャップ べっこう煮 ほうれん草のピリ辛和え 花麩の味噌汁	<b>18</b> 稲荷ごはん 冷やしうどん 練茄子 生酢
<b>20</b> シーフードカレー 漬物 カリフラワーとレタスのサラダ ヨーグルトの杏ソース	<b>21</b> ご飯 鯖の焼き浸し 蓮根の炒り煮 白なのピーナッツ和え 卵とおつゆ麩の味噌汁	<b>22</b> ご飯 肉じゃが キャベツのごま和え ウマイ菜の味噌汁 オレンジ	<b>23</b> ご飯 白身魚フライ ひじきと干瓢の煮物 小松菜の辛子和え 大根の味噌汁	<b>24</b> 鰻丼 奈良漬け 冬瓜の炒め煮 青梗菜の和え物 もやしと揚げの味噌汁	<b>25</b> ご飯 豚のピリ辛炒め スパゲッティサラダ 白菜のなめ茸和え 小松菜と麩の清汁
<b>27</b> サラダ寿司 新蓮根饅頭 小松菜の赤だし フルーツ	<b>28</b> ご飯 豚のピカタ 白菜と糸昆布の煮物 茄子の味噌汁 フルーツ	<b>29</b> 駅弁 「佐世保駅」	<b>30</b> 梅ちぎりごはん とろろ蕎麦 肉金平 白菜のごま和え	<b>31</b> ご飯 特製煮込みハンバーグ 茄子の田舎煮 南瓜サラダ 素麺の清汁	