

令和6年7月盛り付け表

月		火	水	木	金
今月のマナー目標 ☺🎵 お箸を正しく持とう 綺麗な箸の持ち方は正しいマナーの1つであり、食事が食べやすくなるメリットがあります。正しい持ち方を心がけて食事をしましょう。		正しい持ち方		熱中症を予防しよう 脱水になり体温を調整できなくなった状態 重症化すると意識障害などを起こす事も… 気温や湿度だけでなく自身のその日の体調によっても熱中症は起こりやすくなります。これからの暑い時期は注意。	
今月は夏野菜がたくさん使われています!!		1日 ◎鶏肉のアドボ (1人1ヶ) ◎ゴーヤーとツナのソテー ベトナム風汁麺 ご飯	2日 麦ご飯の上に ①キャベツ ②大豆のタコライスの具 大豆のタコライス チキンスープ ご飯	3日 切干大根とちくわのごまドレ和え ☆かぼちゃのポタージュ コッパパン ご飯	4日 ◎ぎょうざの酢醤油かけ (1人3ヶ) ◎麻婆なす にらとわかめのスープ ご飯
7日 七タ南立 ◎サワラの香味ソース (1人1切れ) ◎小松菜のお浸し セタスープ ご飯	8日 プルコギ ツナとじゃがいもの和え物 ご飯	9日 厚揚げの酢豚風 ウインナーと小松菜のスープ ご飯	10日 ミートソテー ライ麦パン (上切目) チンゲン菜とコーンのスープ ご飯	11日 ◎アジフライ (1人1切れ) ◎大豆と糸こんにゃくの煮物 すまし汁 ご飯	
14日 ◎ちくわの磯辺揚げ (1人2本) ◎ささ身ときゅうりの酢の物 冬瓜の煮物 ご飯	15日 じゃがいものそぼろ煮 みそ汁 ご飯	16日 あっさり夏野菜カレー キャベツときのこのソテー ご飯	17日 コーンサラダ 減量バターロール ツナのペペロンチーノ ご飯	18日 チンジャオロースー 鶏肉と春雨のスープ煮 ご飯	