

今月の新献立

5/3

◆ルーローハン

昼食



※写真はイメージです

5/24

◆鶏肉の天ぷら 味噌だれ

夕食

5/30

◆あじの焼き南蛮 タルタルソース

夕食

今月のおすすめ献立

5/1

豚肉とネギの生姜煮

夕食

生姜プラスで身体ぽかぽか
温活献立

5/9

ハンバーグ (C-8 オイル入りソース)

夕食

脳の活性化をお助け!!
C-8 オイルで脳活献立

5/15

豚肉の生姜炒め

夕食

温活

5/22

麻婆茄子 (C-8 オイル入り)

夕食

脳活

献立改善

デリケアでは日々の献立を栄養士チームで検食しています。味はもちろん、固さや量・彩りなど複数の項目でチェックを行い、献立のブラッシュアップに繋がっています。

～今月のブラッシュアップ献立～



麻婆茄子

少し辛味が強く感じられたため、豆板醤を外し、玉ねぎや白ねぎなどの香味野菜で風味をプラス。



鮭の味噌マヨ焼き

味はもちろん、見た目から美味しさをより感じていただけるよう調味料の割合を変更。

味噌で47都道府県を
旅しよう Vol.7

5/14(火)

昼食



じゃこ味噌ご飯

かけうどん

デザート (びわ缶)



今月の味噌は

麦味噌

麴の割合が高く・熟成期間も短めなため、風味豊かな麦の香りと甘みを楽しむことができます。

お味噌料理

「じゃこ味噌」

じゃこ味噌は瀬戸内海地方、特に愛媛県で親しまれています。「じゃこ」の語源は「雑魚」と言われており、いわしの稚魚を総称します。愛媛県では昔から米の裏作として麦が栽培されています。なかでも「はだか麦」は日本一になるほどの生産量で、味噌の原料などにも使用されています。じゃこの香ばしさと麦味噌の甘さが程よくマッチしたじゃこ味噌。ご飯と共に楽しみください。



今月のデザート

びわ

初夏が旬のびわには、皮膚や粘膜を丈夫にするカロテンが豊富に含まれています。

