

今月のおすすめ献立

7/9 ◆小松菜のバター醤油炒め (小鉢)
夕食

7/14 肉団子のクリーム煮 (C-8 オイル入り)
朝食
脳の活性化をお助け!!
C-8 オイルで脳活献立

7/22 ◆鶏とポテトのケチャップ和え
夕食

7/23 豚バラと白菜の生姜あん
夕食
生姜プラスで身体ぽかぽか
温活献立

7/24 生姜ご飯
夕食
温活

行事食 七夕献立

7/7 ミニうなぎめし
七夕そうめん
◆デザート (ブルーゼリー)
※【食材】の商品をご使用のお客様はバイン缶になります。
いんげんの胡麻和え【単品小鉢】



※写真はイメージです。

季節のおすすめ献立

7/9 豚しゃぶおろしポン酢かけ
朝食

7/18 夏野菜カレーライス
朝食

7/20 サラダ散らし
夕食



※写真はイメージです。

献立改善

7月から味噌汁などの汁具について、食材によって2種類を合わせてご提供！
さまざまな組み合わせをお楽しみください。



例) 里芋とあげ じゃがいもと玉ねぎ 竹の子とわかめ など



味噌で47都道府県を
旅しよう Vol.9

7/15(月)

昼食

けんちんうどん
きゅうりの酢の物
デザート (すいか)



今月の味噌は

赤辛口味噌

塩味がよく、すっきりとした味わいが特徴です。
大豆の濃厚なうま味が感じられます。

お味噌料理

「けんちんうどん」

さまざまな地方で親しまれているけんちん汁をベースにアレンジしたけんちんうどん。けんちん汁だけでも地域性があり、味付けから使用する具材までさまざまです。今回は福島県の家庭で食べられている味噌ベースをご用意しました。ほっこり美味しい一品をお楽しみください。



今月のデザート

すいか

すいかの赤い果肉には、抗酸化作用のあるカロテンやリコピンが含まれています。

