

# 愛の家グループホーム草加谷塚 お食事紹介

6月

2023

梅雨の蒸し暑さで  
入居さんが夏バテしないよう  
ニンニクをたくさん使った料理を  
ご提供しました♪



【6月5日昼食】  
マグロのニンニク焼き 切り干し大根  
煮物（南瓜・厚揚げ） ニラ玉味噌汁  
ほうれん草のおひたし



【6月7日昼食】  
生姜焼き ガーリックライス  
高菜とシラスのパスタ（蓮根チップス乗せ）  
オニオンコンソメスープ



【6月10日昼食】  
蓮根と茄子の挟み揚げ  
トロロ（納豆オクラ高菜小ネギ）  
味噌汁（しめじ・豆腐）



【6月13日昼食】  
とんかつ（胡麻味噌だれ）  
ごぼうサラダ 味噌汁  
スイカ



【6月23日昼食】  
カニ風コロッケ ひじき  
サラダ・トマト 味噌汁 メロン



【6月25日昼食】  
牛蒡の天ぷら お稲荷さん  
ネギトロかっぱ巻き  
メロン 味噌汁

日曜日は  
のり巻きと  
稲荷ずしの日



【6月28日昼食】  
高菜チャーハン 焼き豚  
味噌汁 玉子キャベツサラダ



【6月28日昼食】  
セロリたっぷりカレー（ズッキーニ・ナス）  
サフランもどきライス レタスのサラダ  
トマト・キウイ・メロン 大根の味噌汁

サフラン  
もどきライスは  
玉子で色付け