

1月

愛の家グループホーム草加谷塚 お食事紹介

あけましておめでとうございます。
元旦は皆様のリクエストで、オリジナルおせちま
ご用意いたしました。
2025年も愛の家で楽しく張り合いのある生活を
送るお手伝いとして、おいしいお食事、ご満足
いただけるお食事を精一杯作ってまいります。
本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

シェフ



謹賀新年 2025

おせち
料理



本マグロの刺身
数の子イクラ
豚の角煮
海者塩焼き
鱧（茶碗盛り）
黒豆 芋きんとん
煮しめ
すまし汁（鱧しんじょ）



【1月3日 昼食】
きのこの炊き込みご飯（あみ海老のせ）
鮭の塩焼き 牛蒡の天ぷら
大根と里芋の煮物 トロロ
数の子いくら お雑煮（白玉入り）



【1月3日 夕食】
親子丼 切り干し大根の煮物
油揚げとほうれん草の味噌汁



【1月4日 昼食】
ごろごろポークカレー
ロメインレタスと
ポテトサラダ



【1月5日 昼食】
マグロの握り ネギトロ巻き
納豆巻き お稲荷さん
鶏皮で味付けしたおから
鱧のつくね入り粉汁



【1月7日 昼食】
天津中華丼 キャベツの味噌汁
蓮根と竹輪の煮物



【1月8日 昼食】
ポテトコロッケ 味噌汁
トマトレタスサラダ
ほうれん草と豆腐のチャンプル



【1月10日 昼食】
豚の生姜焼き 彩りサラダ
ほうれん草と豆腐のチャンプル
蕪と油揚げの味噌汁



【1月11日 昼食】
ネギトロトロ丼 高菜漬け
煮物（豚肉/厚揚げ/里芋）
もやしのナムル
納豆腐味噌汁



【1月14日 昼食】
鮭の塩焼き 大根 さつまい
ほうれん草と豆腐のチャンプル
貝だくさん豚汁



【1月15日 昼食】
デミグラスハンバーグ
千切りサラダ 味噌汁
白和（ほうれん草/リンゴ 入り）



【1月17日 夕食】
うどんすき鍋
（豚/鶏/しめじ/エノキ/白菜/昆布/大根/人参）
めかぶと胡瓜の酢の物
おにぎり 沢庵



【1月18日 昼食】
鮭のお刺身
粕汁（鮭/大根/牛蒡/油揚げ）
牛蒡の天ぷらと厚揚げ



【1月24日 昼食】
肉じゃが 味噌汁 高菜
ほうれん草と豆腐のチャンプル



【1月25日 昼食】
天ぷら
（かき揚げ/牛蒡/人参/サツマイモ/蓮根）
ほうれん草の黒胡麻和え
なめこの味噌汁



【1月29日 昼食】
豚の生姜焼き
菜の花の胡麻和え
豆腐と油揚げの味噌汁



【1月30日 夕食】
豚骨出汁のもずく中華粥
（フントンの皮チップス乗せ）
天ぷら（さつまいも/牛蒡/大葉）