

2月

愛の家グループホーム草加谷塚 お食事紹介

毎月上がるお米…、高騰する野菜…
そんな食材費をどうにか節約して
美味しいお食事をご提供するため
雨の日も、風の日も、自転車で食材を
調達している草加谷塚のシェフに感謝☆



2025



節分の日



マグロの刺身
海老と春菊
のかき揚げ
サツマイモ
の天ぷら
もずくと
玉子のスープ



【2月4日 昼食】
デミグラスハンバーグ
ふかし芋 ロマネスコ
ほうれん草と豆腐のチャンプル
コーンスープ



【2月7日 昼食】
アジフライ 具沢山豚汁 (鶏皮入)
千切りキャベツとトマト
めかぶとトロロ芋 (アミエビ乗せ)



【2月7日 夕食】
カレーうどん
切り干し大根の煮物 漬物



【2月10日 昼食】
つけ麺 (ゆで卵/メンマ/豚肉)
ほうれん草のナムル
もやしとカニカマ和え
大根・人参・胡瓜の酢の物



【2月12日 昼食】
ネギトトロロ丼
具沢山豚汁 卵の花



【2月13日 昼食】
豚の生姜焼き ポテトサラダ
千切りキャベツとトマト
豆腐とほうれん草の味噌汁



【2月15日 昼食】
おにぎり (鮭/明太子)
鶏煮込み具だくさん鍋



【2月16日 昼食】
干瓢のり巻き お稲荷さん
ほうれん草とりんごの白和
あおさ汁



【2月18日 昼食】
まぐろ山かけ丼
ほうれん草のチャンプル
味噌汁



【2月19日 昼食】
モツ煮こみ
カリフラワーサラダ
油揚げと白菜の味噌汁



【2月20日 昼食】
デミグラスハンバーグ
ふかしさつま芋と紫芋
焼きなす コーンスープ
ほうれん草とシラスのサラダ



【2月22日 昼食】
サワーチキン (紫芋椎茸人参玉ねぎ入)
もやし・鶏のささみ・胡瓜のマリネ
青さのりと豆腐の味噌汁



【2月22日 夕食】
シラスそぼろ丼
ほうれん草と豆腐のチャンプル
味噌汁



【2月26日 昼食】
豚の生姜焼き
千切りキャベツ おから
豆腐と油揚げの味噌汁



【2月26日 夕食】
鮭のおにぎり
紫芋のみたらし
卵スープ



【2月28日 昼食】
天津飯
胡麻ニンニク和え
(ほうれん草/シメジ/カニカマ/アミエビ)
青さと豆腐の味噌汁

土曜日の夜は
カルシウムの日