

愛の家グループホーム草加谷塚 お食事紹介



5月は野菜をたっぷり使ったメニューを多くご提供しました。ゴーヤ、ほうれん草、レタス、トマト、茄子、ピーマンなどなど 主治医から「この入居者さんは栄養がしっかり摂れていますね」とのお言葉も頂きました！



- 🍣 握りずし(鯖・海老・鰻)
- 🍣 ネギトロ巻き
- 🍣 鶏のささ身のフキ味噌煮せ
- 🍜 にゅう麺
- 🌸 お新香



【5月1日 夕食】
焼シャケ もやし付け合わせ
ふかし芋 ゴーヤチャンプル
味噌汁



【5月2日 昼食】
野菜たっぷりタンメン
ほうれん草と
あみエビのおひたし



【5月3日 昼食】
たけのこご飯 冷豚シャブ
ほうれん草と油揚げの味噌汁
しらすおろし



【5月5日 夕食】
とんかつ ナポリタン ポテトフライ
タケノコとお揚げのピリ辛煮
小松菜と豆腐の味噌汁



【5月7日 夕食】
デミグラスハンバーグ 卵の花
ナスの生姜焼き もやし炒め
ほうれん草とお揚げのお吸い物



【5月8日 昼食】
タラのフライ
レタスとトマトのサラダ
厚揚げと里芋の煮物 お吸い物



【5月10日 昼食】
ニンニクと生姜の照り焼きチキン
ナスの煮浸し かき玉スープ
ニンニク炒め
(ブロッコリー/セロリ/ピーマン)



【5月14日 昼食】
ポテトコロック 温野菜
ナスの生姜びたし
ほうれん草とお揚げのお吸い物



【5月17日 昼食】
ネギトロ山かけ丼 鶏皮唐揚げ
野菜炒め(セロリ/モヤシ/人参/ピーマン)
わかめとお揚げのスープ



【5月19日 昼食】
焼シャケ なます
鶏皮の野菜炒め
ワカメとお揚げのスープ



【5月19日 夕食】
ポークカレー
手作りドレッシングサラダ
(ブロッコリー/カイワレ/トマト)



【5月20日 昼食】
小田巻蒸し
納豆&トロロ&オクラ
鶏のしぐれ煮



【5月22日 昼食】
ポテトメンチコロック
ひじきと鶏皮とちくわの煮物
ブロッコリーとカリフラワーの
ガーリック炒め 豆腐のお吸い物



【5月24日 昼食】
モウカザメの煮付け
(大根、ほうれん草)
きんぴらごぼう 小松菜の味噌汁



【5月26日 昼食】
中華丼(豚肉/エビ/青梗菜/ニラ/新玉/人参/ピーマン)
もやしとカニカマの酢の物
ほうれん草とお揚げのスープ
メロン



【5月31日 昼食】
ニンニク生姜たっぷりチキンカツカレー
春雨チップスサラダ
(レタス/セロリ/トマト/胡瓜)