

6月

# 愛の家グループホーム草加谷塚 お食事紹介

愛の家草加谷塚のシェフは  
入居者さんのことを一番に  
考えてれています。  
外食レクで数人の方が出かける日には  
「残った人が寂しくないように」と  
外食に負けないごちそうを  
作ってくれました♪

2025



6月15日 昼

## 父の日の握りずし

握り寿司  
(マグロ、うなぎ、卵)  
具沢山粕汁  
(鶏肉、白菜、椎茸、人参、  
大根、長ネギ)



【6月1日 昼食】  
海苔巻き (寛平/卵/胡瓜)  
お稲荷さん 卵の花 納豆汁  
メロン



【6月6日 昼食】  
新玉ねぎを豚肉で巻いた揚げ物  
しらすとアスパラのパスタ  
かき玉スープ サラダ



【6月6日 夕食】  
鶏のしぐれ煮  
かぼちゃとさつまいもの煮物  
なめこと豆腐の味噌汁 沢庵



【6月8日 昼食】  
ネギトロ巻き お稲荷さん  
6種類のサラダ お吸い物



【6月9日 夕食】  
鮭の塩焼き ほうれん草の卵巻き  
牛蒡の天ぷら 赤キャベツとトマト  
ごった汁 (大根/人参/白菜/長ネギ/  
シメジ/エノキ/鶏肉/すいとん)



【6月11日 昼食】  
銀鱈の煮付け ふうふき大根と人参  
もやしと胡瓜の甘酢和え  
皮剥きミニトマト添え  
豆腐卵スープ (ホームで取れたナス入り)



【6月11日 夕食】  
すき煮の月見  
厚揚げと根菜煮 にゅう麺



【6月12日 夕食】  
ひじきとキノコの混ぜご飯  
ニラと豆腐とお揚げの味噌汁  
納豆&トロロのミョウガ乗せ  
ほうれん草と豆腐の卵炒め



【6月14日 昼食】  
エビと鶏肉のチリソース  
サフランガーリックライス  
ナスのそぼろびたし  
卵はるさめスープ



【6月18日 昼食】  
天津飯  
カニカマともずくの酢の物  
ワカメと豆腐の味噌汁

6月23日 昼

外食レク日に  
シェフがホームに  
残った方に作って  
くれたごちそうです♪



本鮪の刺身  
天ぷら盛り合わせ  
(もずく/エビ/大葉)  
かき玉汁  
メロン



【6月18日 夕食】  
天ぷら (さつまいも/茄子/ごぼう)  
ほうれん草の胡麻和え  
揚げと豆腐のすまし汁



【6月19日 昼食】  
イワシのフライ スパゲティ  
ゴーヤチャンプル  
小松菜と豆腐と揚げのすまし汁



【6月26日 昼食】  
デミグラスオムライス  
(サフランライス)  
ポテトサラダ コンソメスープ



【6月28日 昼食】  
アジフライ  
白菜と豆腐と揚げの味噌汁  
厚揚げと小松菜の煮物 メロン