

7月

愛の家グループホーム草加谷塚 お食事紹介

7月はスタッフの自宅で採れた
キュウリやゴーヤの差し入れて
ニンニク醤油和えや酢の物を作り、
ナスやトマトの夏野菜、おくらや納豆の
ねばねば料理で、入居者さんの夏バテ防止
メニューをたくさんご提供いたしました♪

2025

七夕



- ★マグロの刺身
- ★ローストビーフ
- ★じみの味噌汁
- ★スイカ

7月7日 昼



【7月1日 昼食】
タコ飯 天ぷら盛り合わせ
(エビ/さつまいも/もずく/人参)
大根の鬼おろし 味噌汁
酢の物 (春雨/胡瓜/ワカメ/シラス)



【7月3日 昼食】
冷やし肉うどん
厚揚げと小松菜のお浸し
冷やしトマト



【7月5日 昼食】
しらすとそばろの二色丼
ゴーヤチャンプル
小松菜とお揚げと豆腐の味噌汁



【7月5日 昼食】
唐揚げのタルタルソース
ぬた和え(長ネギ/オクラ/胡瓜/アサリ)
豆腐とわかめとお揚げの味噌汁



【7月7日 夕食】
麻婆茄子
しらすともずくの酢の物
小松菜と揚げと豆腐のすまし汁



【7月10日 昼食】
デミグラスハンバーグ
サフランガーリックライス
ナス/ズッキーニ/さつまいも添え
もずくとオクラと納豆のネバネバ3兄弟
わかめと油揚げと豆腐の味噌汁



【7月12日 昼食】
銀鱈の塩麹焼き
大根とゴーヤのアメエビ和え
納豆オクラとろろ
大根とお揚げの味噌汁



【7月13日 昼食】
うなぎ海苔巻き お稲荷さん
鶏皮入りおから スイカ
わかめとお揚げの味噌汁



【7月14日 昼食】
豚のヒレカツ
琉球もずくとカニカマと
胡瓜の酢の物
なめこと豆腐の味噌汁



【7月16日 昼食】
鶏の照り焼き トマトパスタ
マグロとアボカドのボキ
ゴーヤのニンニクおかか和え
豆腐と大根の味噌汁 メロン



【7月17日 昼食】
ポテトロquette カボチャの煮物
切り干し大根 スイカ
小松菜と揚げと豆腐の味噌汁



【7月22日 昼食】
カツカレー
トマトとレタスのサラダ



【7月25日 夕食】
冷やしうどん
春雨ときゅうりと
カニカマの酢の物



【7月27日 昼食】
ネギトロ巻き お稲荷さん
カツオのたたき
酒粕入り豚汁 スイカ



【7月28日 昼食】
デミグラスハンバーグ
もやしとピーマンの炒め物
ゴーヤとシラスのニンニク醤油和え
卵スープ 桃



【7月30日 夕食】
スパゲティナポリタン
トースト フライドポテト