

7月誕生会メニュー(平成28年7月12日)担当:河田

グリンピースご飯 冬瓜のお吸い物 茄子の肉詰め焼き うなぎときゅうりの酢の物 変わり梅ゼリー



常食



刻み食



ソフト食



ミキサー食

【今月のポイント】

七夕も終わり、土用の丑の日にちなんでうなぎをと入りれ、夏野菜を使って栄養のバランスがとれたメニューを考えました。

●グリンピースご飯

さやえんどうからとれる豆、グリンピースをご飯にまぜています。

ほんのり塩味を効かせて炊き上げました。

●茄子の肉詰め焼き

合いびき肉を使い、あんをかけて旬のオクラを飾りました。

●冬瓜のお吸い物

冬瓜をだし汁で柔らかく煮ています。ズワイガニフレークを使う事で、カニの旨みが加わったお吸い物です。

●うなぎときゅうりの酢の物

小鉢にさっぱりとしたものを使い、ウナギの蒲焼を使ってきゅうりと和えてうざくにしました。

●変わり梅ゼリー

七夕の天の川をイメージして梅ゼリーを心太つきでついたゼリーです。赤い実はさくらんぼを使用しました。ツルンと喉ごしがいいゼリーとなっています。