

2月誕生会メニュー(平成31年2月12日)担当:北原

生姜ご飯 具だくさん汁 チキン南蛮 ブロッコリーサラダ チョコレートムース



常食



刻み食



ミキサー食

【今月のポイント】

厳しい寒さが続いているので、体の中から温まってもらえるメニューにしました。さらにバレンタインも近かったため、チョコレートも使用して献立を立てました。

●生姜ご飯

昆布でだしを取り、生姜と油あげを混ぜて炊き上げました。生姜で体の中から温まって頂きたく考えました。

●ブロッコリーサラダ

旬のブロッコリーと栄養たっぷりのアボカドをわさび風味のサラダにしました。エビをトッピングしました。

●具だくさん汁

大根・人参・玉ねぎ・もやしをたくさん入れ、具だくさんの汁にしました。酒粕で体の中から温まって頂きたく考えました。

●チョコレートムース

バレンタインが近いので、チョコレートを使ったデザートにしました。生クリームを泡立てふわふわ感のあるムースにし、苺をトッピングしました。

●チキン南蛮

宮城県発祥のチキン南蛮を。レモン汁の入ったタルタルソースでさっぱり感のあるものにした。