

10月誕生会メニュー(令和 4年 10月11日)担当:吉田

ガパオライス・根菜たっぷりクラムチャウダー・えびとブロッコリーのマスタード和え・アップルレアチーズ



常食



刻み食



ソフト食・ミキサー食

【今月のポイント】

秋は美味しい食材が豊富な季節です。
旬の食材をたくさん使った献立を考えました。

・ガパオライス
タイの魚醤、ナンプラーを使った混ぜご飯です
タイ料理独特のクセをマイルドにし食べやすくしました
温泉卵と混ぜてお召上がりください。

・えびとブロッコリーのマスタード和え
マヨネーズと粒マスタードで和えました。
マスタードが入ることさっぱりとした味になっています。

・根菜たっぷりクラムチャウダー
さつまいもやかぼちゃなど
秋が旬の食材をたくさん使った
クリームスープです。

・アップルレアチーズ
レアチーズムースの上に
シナモンの香りをきかせた
リンゴのコンポートをのせました。