

7日・18日・26日の昼食はルキーナで採れた椎茸を使ったメニューでした♪

10月7日 昼食

- ・ コッペパン
- ・ ほうれん草と鶏肉のパスタ
- ・ サラダ
- ・ 椎茸の洋風炒め
- ・ ヨーグルトあえ(きなこ)



7日の洋風炒めは見た目がなんとも言えない感じになりました(-_- ;
味は美味しく仕上がりました!!

10月18日 昼食

- ・ きのご飯
- ・ さわらの漬け焼き
- ・ 青菜と卵のソテー
- ・ きゅうりの酢の物
- ・ 味噌汁



18日は、きのご飯にルキーナで採れた椎茸を入れました。
普段、おかわりしない利用者の方もおかわりしてくれていました🌟

10月26日 昼食

- ・ ご飯
- ・ かれいの煮付け
- ・ ポテトサラダ
- ・ 椎茸のねぎ塩かけ
- ・ けんちん汁



26日の椎茸のねぎ塩かけは見た目も味もサッパリな1品でした(笑)

食感を出すために、いつもより大きめに椎茸を切りましたが、椎茸が苦手な利用者の方は残されていました……