

木々の緑が色濃くなる季節となりました。

梅雨の時期は湿度が上がり、食欲が落ちやすい季節です。

今月は『さっぱり』をテーマに「梅」「酢」「レモン」を多く取り入れた献立作成を行いました。

梅・レモンに含まれるクエン酸は、疲労回復効果が期待できます。

夏を楽しく過ごすためには、今の時期にしっかりと栄養補給することが大切です。

今月のイベント・行事食

6月3日 郷土食 神奈川県

→豚入りの野菜炒めにスープを入れ、とろみをつけラーメンに乗せた「サンマーメン」。

横浜発祥の料理で、野菜あんをかけることで、麺が冷めにくくなっています。

6月6日 おしゃれ自然派カフェ 再現ランチプレート

→カフェで食べたランチプレートが美味しかったので、
今回はその料理をランチプレートにしてお届けします。
外食気分を感じて頂ければ幸いです。



6月9日 手作り焼き餃子

→前回好評いただき、リクエストメニューでの復活です。
本場中国仕込みの餃子をお届けします。



6月25日 ワールドトリップ イギリス

→すっかりと定着したこの企画。

「次は何かなあ。変わったんもおもしろいねん。」

と楽しみにしてくださる入居者様が増えました。

今回はイギリスの「フィッシュアンドチップス」に一捻り加え、
フィレオフィッシュバーガーとポテトのセットをご用意します。



6月30日 夏越しの祓メニュー

→この半年の穢れを神社の大きな茅の輪をくぐることでお払いし、
夏の病や災害に合わないよう祈る行事が「夏越しの祓」です。
茅に見立てたかき揚げをご用意します。

