

6月誕生日会メニュー(令和7年6月10日)担当:金子

鮭と胡瓜の混ぜ寿司・梅のお吸い物・鶏肉コチュジャンソース・フルーツミックスゼリー



常食・刻み食



ソフト・ミキサー食

【今月のポイント】

梅雨に入りはじめとした季節にさっぱりとしたメニューを考えてみました。季節の物を取り入れ目でも楽しんでいただける様、彩りよくしあげてあります。

★鮭と胡瓜の混ぜ寿司

焼いた鮭をほぐして、胡瓜・みょうが・大葉と一緒に酢飯に混ぜました。彩りに錦糸卵を加えてあります。

★梅のお吸い物

冬瓜ととろろ昆布、梅干しを入れたお吸い物です。蒸し蒸しする梅雨時期にさっぱりとした味付けにしてみました。

★鶏肉のコチュジャンソース

鶏肉にコチュジャンと酢、にんにく、生姜を加えたソースにしました。添えにはレタスとパプリカで彩りよく仕上げてあります。

★フルーツミックスゼリー

夏みかんとフルーツミックス缶を炭酸水でシロップを作りゼリーにしてみました。口当たりがほんのりシュワシュワするゼリーになっています。