

7月誕生日会メニュー(令和8年7月14日) 担当:柿倉

たこ飯・ナスのはさみ焼き・冷やしおでん・フルーツポンチ



常食



刻み食



ソフト・ミキサー食

【今月のポイント】

いよいよ夏本番です。暑い毎日乗り越えられるよう、元気が出る献立を考えました。

★たこ飯

疲労回復効果が期待できる
タウリンという栄養素をたくさん含んだ
たこを炊き込みました

★冷やしおでん

夏に食べ頃を迎える食材に
おだしをたっぷりと含ませた
冷たいおでんです。

★ナスのはさみ焼き

夏から旬を迎えるナスにお肉を
はさんで焼きました。

★フルーツポンチ

スイカ、メロン、パイナップルなどを
爽やかなサイダーと合わせた
フルーツポンチです。