

2024年弦巻区民センター高齢者会食会献立表

8月5日 ＊月曜キッチン ＊

＊ ゆかりご飯

米・ゆかり・水

＊ 人参とピーマンのごま和え

人参・ピーマン・ごま・つゆのもと

＊ 和風ハンバーグ

合挽き肉・パン粉・牛乳・玉ねぎ・大根・ポン酢（残り

野菜）

＊ 高野豆腐とインゲンの煮物

高野豆腐・インゲン・砂糖・みりん・醤油・つゆのもと

＊ わかめと油揚げの味噌汁

わかめ・油揚げ・みそ・だし汁・小ネギ

デザート：紅茶寒天（紅茶パック・粉寒天・水）