

2024年弦巻区民センター高齢者会食会献立表

10月7日 ＊月曜キッチン ＊

＊ 鶏釜飯

米・鶏釜飯の素・刻み海苔

＊ 季節の天ぷら

キノコ（マイタケ又はエリンギ）・サツマイモ・人参・ズッキーニ・その他季節の野菜

＊ 切り昆布の煮物

切り昆布・人参・だし汁・醤油・つゆのもと・砂糖・みりん

＊ 味噌汁

白菜・油揚げ・エノキ・みそ・だし汁

＊ 里芋の煮物

里芋・インゲン・醤油・だし汁・みりん・砂糖

＊デザート：フルーツヨーグルト

ヨーグルト・フルーツ缶詰（ミカン其の他）