

2015. 4. 30(木)

## メニュー日記



### メニュー

#### ・・・ オクラ入りまぐろ丼

チンゲン菜のそぼろ炒め  
南瓜とビーンズの煮物  
サラダ（わかめ・とまと）  
酢の物（大根・人参）  
生椎茸とはんぺんのバター炒め  
デザート（野菜ゼリー）  
お吸い物（ふ・ワカメ）

<利用者さま> 12名

まぐろ丼はパルシステム茨城の冷凍食品です。解凍は1～2分で  
使いやすく、とても美味しかったですね。

チンゲン菜のそぼろ炒めは、鶏がらスープで味付けし、片栗粉で  
とろみをつけました。