

新コーナー

★作って食べる！おススメレシピ★

今回から自宅でもかんたんにできるレシピを紹介するコーナーを始めます！

今回は、センターの夕食サービスでも大人気の「カラムーチョとにんじんのサラダ」のレシピをご紹介します！彩り鮮やかでシャキシャキした食感がクセになる、そんな一品です★

◆材料(4人分) 調理時間10分

- ・スティックカラムーチョ ホットチリ味 1/2袋
- ・大きめのにんじん 1/2本
- ・マヨネーズ 適量

＼おいしそう！／



＼これだけ！／



◆作り方

- ①にんじんを千切りにします。
- ②スティックカラムーチョを上からどぼっと。にんじんと同量、もしくはすこし少なめがいいかもしれません。
- ③マヨネーズをいれて混ぜます。マヨネーズはお好きな量で♪
- ④完成！！



食事サービス献立予定表(R4. 7. 1~7. 31)



日	月	火	水	木	金	土
料金 昼食300円/夕食400円 電話のお申し込み 045 (251) 3991まで					1 ポークピカタ 豆のサラダ 味噌汁 ごはん	2 夏野菜カレー コーンサラダ スープ
3	4	5	6	7	8	9
休館日	さばの味噌煮 白和え お吸い物 ごはん	冷製パスタ ポテトサラダ スープ デザート	食事なし	食事なし	ハンバーグ わかめのナムル スープ ごはん	スタミナ丼 やみつきキャベツ 茶碗蒸し 味噌汁
10	11	12	13	14	15	16
休館日	チャンプルー 人参しりしり 味噌汁 ごはん	よだれ鶏 チョレギサラダ スープ ごはん	食事なし	食事なし	煮魚 マカロニサラダ 味噌汁 ごはん	タコライス 野菜たっぷりスープ 玉子豆腐
17	18(夕食)	19	20	21	22	23
休館日	ハムカツ キノコポン酢 味噌汁 ごはん	豆のドライカレー かぼちゃサラダ スープ 果物	食事なし	食事なし	魚の蒲焼 春雨サラダ 味噌汁 ごはん	おろしポン酢牛丼 サラダ 味噌汁
24	31	25	26	27	28	29
休館日	ぶりの照り焼き 茹で枝豆 お吸い物 ごはん	オムライス にんじんラペ スープ	食事なし	食事なし	牛肉のしぐれ煮 青菜のお浸し お吸い物 ごはん	豚キムチ しらすサラダ 玉子スープ ごはん

☆食事の申し込みについて☆

【夕食】月・火・金 (ご利用当日の15:00まで) ※15:00以降のキャンセルは400円のキャンセル料が発生します。

【昼食】土 (ご利用当日の10:30まで) ※10:30以降のキャンセルは300円のキャンセル料が発生します。

※予約は翌日分まで承ります。申込は開館時間内に電話又は来館時にお願致します。

(平日 9:00~20:00、土 9:00~17:00)

※申込み人数が定員に達した場合、締切時間前でも締め切らせて頂く場合がありますので、ご了承ください。

※諸事情により、献立が変わる場合があります。ご了承下さい。