



<今月のメニュー>

さざんかクエスト

7/3セレクトメニュー

7/7七夕メニュー

7/14お誕生日祝膳(穴子の一本天井)

7/27土用の丑の日(7/26の振替え)

7/29暑気払い



7/2 昼: 沖縄そば

7/6 昼: 塩からあげ

7/9 昼: チーズナン

7/17 昼: フォー

7/18 昼: カツカレー

7/22 昼: ナポリタン

7/27 昼: うなぎ

7/29 昼: お好み焼き

7/30 昼: キーマカレー

7/31 昼: カルボナーラ



【7/3選択メニュー】

A: ソースカツ丼

B: カオマンガイ (タイ料理)

C: 四川風麻婆豆腐



6月のメニュー紹介



6/16 選択メニュー



「キンパ」とは？

キンパ(韓国語: 김밥, キムパブ)は、「キム=海苔」「パブ=ごはん」を意味する韓国では手軽に食べられる軽食やお弁当として親しまれている海苔巻きです。特徴は、ごはんは酢飯ではなく、ごま油と塩で味付けされており、具材は牛肉の甘辛炒め、卵焼き、ほうれん草のナムル、にんじん、たくあん、ごぼうなど火を通した食材が中心です。さらに、仕上げに海苔にごま油を塗ることで、香ばしさが加わります。



A: 鯛茶漬け

B: キンパ



C: ミックスフライ

6月の選択メニューは「キンパ」が人気でした。食べたことがないご利用者様も多く、「食べてみたい!」「海苔巻きみたいなのが良さ」という意見もあり、一番多く選択されていました。

コラム



天の川の両岸に佇(たず)む織り姫と彦星は、七月七日が最も近づいて見えるそうです。中国では、星にまつわる神話として、織り姫と彦星の悲恋の物語が、古来より言い伝えられてきました。引き裂かれても、二つの星が「会いたい」と願うことで、年に一夜の再会が叶った織り姫と彦星に肖(アヤカ)ろうと、そうめんを天の川に見立て、それを食して「疫病退散」などを祈願しました。これが「そうめん」が七夕に食べられた最初と考えられています。現代でも健康祈願、技芸上達のほか「天の川の象徴」と位置づけるなど平成・令和にいたっては多重の意味を持つ、日本ならではの「そうめん文化」や「行事食」となりました。

ぜひ、七月七日は舌先で感じる夏の涼と星に届け...!という願いを胸に、日常の中の七夕の宵を、少しだけ特別なものとして感じていただけますように。



熱中症 予防

「こまめな水分補給」と「暑さを避ける」



喉が渇く前に、水分を飲みましょう!

エアコンを使いながら、必要に応じて、洋服で調整をしましょう。

体調不良時や寝不足の日は無理をせず休むことが重要です。



ご意見番

~6月のメニューの振り返り~

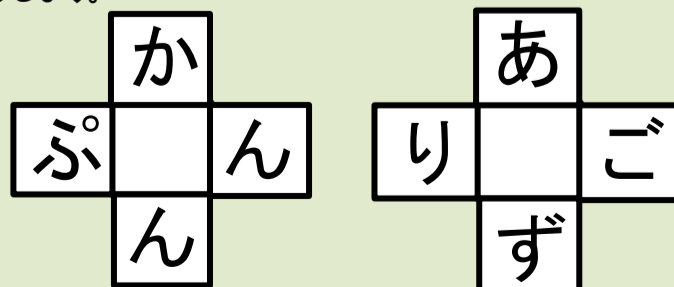
6月メニュー特に悪くはないと思います。選択メニューどれも良かったです。梅雨時は、個人的には茶漬けかな。三色丼、温泉卵だったら最高だったかな。6/6昼ご飯かたかったよ。豆腐ステーキ美味かったです。プルコギの牛肉が硬かったです。エビカツバーガー美味かったです。ガパオライスも枝豆ご飯も良かったです。シシヤモから揚げ美味かったです。豆腐ふわふわ美味かったです。ほうじ茶漬け冷やし茶漬けだったら最高、でも美味かったよ。イカメンチ美味い! チャーハン、そばろ丼美味かったです。初のおからコロツケ美味しいに決まっています。梅雨時はさっぱりした物...例えば、茶漬けや卵掛けご飯、冷やしそば、豆腐メニューなど増やしてもいいと思います。あと、パン食も増やしてほしいです。

(ぎんが寮 ご利用者様より)

ご利用者様よりクロスワードを取り入れる案をいただきました。

【ひらがなクロスワード】3文字

□にひらがなを一つ入れて、タテ読みでもヨコ読みでも意味の通じる言葉にしましょう。



°ふご □ん □ず `りご※