

おいしい通信

～食べる楽しみ、つながるよろこび～

2026年
7月

7月に入り、蒸し暑さが増してくる時期となりました。夏ならではの食材を使ったメニューに加え、夏祭りや行事食など、季節を感じられる献立も取り入れてまいります。食を通して、暑い夏を元気に乗り切るお手伝いできれば幸いです。今月もどうぞよろしくお願いいたします。

毎月1日はお赤飯！



6/1(火)昼食

【お赤飯・鯖の有馬焼き・かぶの煮物・

わけぎの酢味噌和え・すまし汁】

当施設では、「月の始まりを祝い、厄を払い、良い運気を呼び込む」という思いを込めて、毎月1日にお赤飯をご用意しています。お赤飯が、新たな月の訪れをそっとお知らせしてくれます。

6月の行事食 ご紹介



6月の行事食

令和8年6月30日(火)昼食



夏越ごはん

夏越ごはんは、半年間の厄や疲れを払い、夏を元気に過ごすことを願って食べる行事食です。

ごはんの上に、茅の輪(ちのわ)をイメージした丸い「かき揚げ」をのせるのが定番です。当施設でも、ごはんにかき揚げをのせ、さっぱりとした大根おろしと天つゆをかけてご提供いたします。

6/30(火)「夏越ごはん」

ごはんの上に丸いかき揚げをのせ、大根おろしを添えて、さっぱりとお召し上がりいただけます。かき揚げの香ばしさと大根おろしの爽やかさがよく合い、暑い時期でも食べやすい一品となっております。皆様が残り半年も健やかに過ごしていただけるよう、心を込めてご提供いたします。

7月まほろば喫茶 ご案内

- 【行事食】 7/ 7(火) 七夕 昼食:七夕そうめん おやつ:七夕ゼリー
7/15(水) 夏祭り 屋台:たこ焼き・パンケーキ・アイス・ドリンク
昼食:夏のちらし寿司
7/21(火) ご当地メニュー 青森県「黒石つゆ焼きそば」
7/26(日) 土用の丑の日 ひつまぶし風

- 【デイ喫茶】 7/ 8(水) 洋:オペラケーキ 和:今川焼き(カスタード)・よもぎ団子
7/13(月) 洋:抹茶ケーキ 和:きな粉おはぎ・おかき(砂糖醤油)
7/25(土) 洋:オレンジケーキ 和:カステラ・おかき(きな粉)

6月まほろば喫茶

6/2(火) レアチーズケーキ / 抹茶バウム



6/18(木) キャラメルアーモンドケーキ / 黒ゴマ団子
6/26(金) ピーチケーキ / たい焼き

2026年6月24日発行 介護老人保健施設まほろば