

【令和6年3月ひがしがおかホームのお食事】

今月は沖縄県を旅します🗺️

♪郷土料理と行事食♪



沖縄風おでん



【3/3 ひな祭り】



豆腐チャンプルー



【選択食】

A.味噌ラフテー B.沖縄風天ぷら



クーブイリチー

令和5年度も1年を通じて193回の郷土料理が提供されました。



じゅーしー

「聞いたことはあったけれど初めて食べたわ。」
「地方によって色々な料理があるんですね。」
等々、様々なお声をいただきました🌸



【旬の食材 Day(春分)】

鯖の菜種焼き
スナップエンドウの煮浸し
キャベツのスープ

【クーブイリチー】

千切り昆布を醤油や砂糖で味付けした炒め煮のこと。
～ハレの日に作られる料理～



鶏肉のしんず

【しんず】

鶏肉でとった出汁で根菜類等を煮込み、塩で味を調えた料理



もずく酢

令和5年度から開始した旬の食材 Day、令和6年度も継続します。