

ゆずり葉 当事者のキッチンクラブ 10月10日（火）のメニュー



杏仁豆腐
杏仁豆腐の素
牛乳・お湯
フルーツ



春雨サラダ
春雨
きゅうり・ハム
錦糸卵



大阪風お好み焼き

豚バラ肉・卵
キャベツ・長芋
切りイカ・紅しょうが
小エビ・天かす・小ねぎ
お好み焼ソース
かつお節・青のり



なすの味噌汁
なす
油揚げ
玉ねぎ



ごはん

コメント

医療関係の方から、ゆずり葉の齊藤さまを紹介して頂きました。
自分が独りで作るのではなく、皆さんに協力して頂きながらメニューを考えて美味しい
ご飯を作って行きたいと思っています。
皆さんに喜んでいただけると、自分も料理をして良かったと思える機会になれば良いと
思い活動をして行きたいと思っています。

若年性認知症の当事者 岩田 裕之（いわた ひろゆき）