

アフターケアひかり にて 恒例の卒業生食事会をしました☆

『真夏日』という言葉が早くも天気予報の中で使われ始めました。今から本格的な夏の訪れが恐ろしいほどです。皆さまいかがお過ごしですか？そんな暑さの中、汗をかきながら卒業生さんと調理しました！今回は参加者が少々少なめでした。「お肉が食べたい！」で決まったメニューの仕上がりは？ 参加者：4名

まずは材料の下ごしらえから

焼く、混ぜる、炒めるなどの調理に・・・

完成～～！

～今日のお献立～

- ・枝豆バターご飯
- ・鶏南蛮のタルタルソース
- ・ピシソワーズ
(ジャガイモの冷たいスープ)
- ・ウィンナーソテー
- ・フルーツポンチ
- ・サラダ、スイカ

もうすっかり手慣れた方々なので、丁寧にそして静かに準備が整いました。まずは食材の下ごしらえをし、調理をし・・・と順調に進みます。『タルタルソースを作るんじゃね！』や、『懐かしい味がする♡』などなどの感想も出ました。後片づけも手分けして！さすが、皆さん大人です♪家でもきちんと食べて、暑いこの時期を元気に乗り切りたいものです。バテないように！！

いただきまあ～す♪

片付けも手分けして♪