



# 今月の給食だより

平成 30 年  
5 月号

ライフホーム城山  
施設長 西川慶次  
管理栄養士 武内真理

## <お花見弁当>

4/2 特養入所の方々は昼食に松花堂弁当に盛り付け、窓の外の桜を見ながら召し上がっていただきました！  
献立は「お花見混ぜご飯、お刺身盛り合わせ、菜の花のポテトサラダ、たけのこと団子の煮合わせ、フルーツ（苺）」  
普段とは違うお弁当のため、皆様顔がほころび笑顔が溢れていました！



デイサービスは  
4/2～4/7 までの  
1 週間で松花堂  
弁当で提供しま  
した！

## <郷土料理>

4/11 熊本県の「高菜めし」と山形県の「孟宗汁」を組み合わせ提供しました！

高菜の味がご飯に染み込み、とても美味しく、孟宗汁は酒粕で煮込みたけのこがとてもやわらかく入所者様も食べやすかったと思います！



## <ホーム喫茶>

4/25 3階の方を対象に喫茶店の催しを行い、「こどもの日のケーキ」をご用意しました。  
少し時期は早いですが、鯉のぼりを飾ったケーキに皆様喜んでくださいました！  
普段はショートケーキに人気を集まりますが、今回は、下の写真のチョコケーキが大人気で

すぐに売り切れてしまいました！

その他にも和菓子も準備したりなど飽きの来ない行事となるようデザート選びには力を入れていきます！



## <誕生会>

4/21 今月の誕生会はインフルエンザ等の関係で開催はされませんでした。しかし、お食事だけでも楽しんで頂ければと、昼食とおやつに素敵なデザートをお出ししました。  
昼食は「桜海老としらすの炊き込みご飯、鮭の蒸しもの、たけのこの土佐煮、ほうれん草と鶏の梅肉和え、豆乳寒」  
おやつには「抹茶のシフォン/抹茶のパバロア」をお出ししました。おやつはともしっとりしたシフォンケーキだったのでとても喜ばれました！



## 今月の旬と栄養 \* アスパラガス \*

アスパラガスには種類が豊富です。よくスーパーで見るグリーンアスパラ、5～6月が旬の旨味が濃いホワイトアスパラ、アントシアニンが豊富な紫アスパラ、10cm ほどで若採りしたミニアスパラなどがあります。栄養効果としては、抗酸化作用や老化防止などが言われ、名前の由来となったアスパラギン酸は新陳代謝を高め、疲労回復に効果があるとされています！



*アスパラガスと卵の明太子マヨ焼き* 2人分		
アスパラガス	6本	お好みで
辛子明太子	50g程	塩コショウ！
卵	2個	
マヨネーズ	大さじ2	



平成 30 年 5 月の予定!!

### \*行事\*

5/5 こどもの日行事食  
ばらちらし寿司や春野菜の天ぷらをお出しする予定です！

### 5/13 母の日行事食

五穀米とオリーブオイルを使った魚料理、ヨーグルトにベリーソースをかけて提供します！

### \*イベント食\*

5/11 郷土料理 長野県  
「大村寿司」と「大平」をお出しします。

