



今月の給食だより

平成 29 年
4 月号

ライフホーム城山
施設長 西川慶次
管理栄養士 吉田真理

誕生会

3/18 誕生会を実施しました。
ボランティアに「マジックとウクレレの演奏家」をお呼びしました。職員も驚くようなマジックを見せていただいたり、素敵なウクレレの音色に合わせて、入所者全員で「ハッピーバースデー」や「故郷」を唄いました!!



お祝い膳として、「赤飯、3種お刺身、小田巻き蒸し、柚香和え、赤だし味噌汁、いちご」、おやつには「桜のパウンドケーキ、ピンク生クリーム添え」とし、嚥下食は、いちごのババロアをお出ししました!



行事食

ひなまつり



3/3 ひなまつりの行事食として、「バラちらし、茶碗蒸し、2色田楽、紅白はんぺんのすまし汁、いちご」をお出ししました!!



<お知らせ>

毎月、1階食堂にてひまわり喫茶を実施しています。平成29年4月より、2・3階のフロア毎に実施日を変え、月2回の実施となります。季節のケーキやコーヒー等をご用意して入所者をおもてなしします!!



イベント食

御当地麺

愛知県の「あんかけスパゲティ」茹でたスパゲティに、炒めた野菜をケチャップで味を付け、あんかけにして提供!



郷土料理

千葉県の「あじのさんが焼き」なめろうのように包丁で鰯と薬味をたたき、醤油で味をつけ、焼きあげました!



今月の旬と栄養 *たけのこ*

春が旬のたけのこ、動脈硬化や疲労回復に効果があります!! たけのこに含まれるアスパラギン酸が「疲労回復」を助けるといわれており、他にも不溶性食物繊維が豊富に含まれ、動脈硬化の予防に期待できます!! たけのこの切り口の白い粉は「珞珞」というアミノ酸の一種で、脳を活性化させる作用があるため、洗い流してしまうのはもったいないです~。

| *たけのこメニュー* | | 5人分 |
|------------|------|----------|
| たけのこ | 1/2本 | |
| 鶏ひき肉 | 100g | 調味料 |
| 米 | 2合 | 醤油、酒、みりん |
| 三つ葉 | 5本 | |



4月の予定!!

行事食

4/3 花見弁当

松花堂弁当に桜の形のゆかりご飯を盛り、お花見気分を味わっていただきます

イベント食

4/18 郷土料理

大分県の「吉野鶏飯」と「がん汁」

4/28 今日は何の食記念日?

「にわとりの日」に因んだ鶏料理

誕生会

4/15 誕生会

桜海老としらすの炊き込みご飯を提供!!

