



今月の給食だより

令和2年
6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

5/5 こどもの日

特養老人ホームですが、こどもの日の行事食で楽しんでいただきました！！ 献立は、少し大人向けに改良し、



「たけのこ御飯、海老しんじょ揚げ鶏と蓮根の重ね蒸し春雨めんたい和え」見た目が淡いピンク色で綺麗。たけのこ御飯は、たけのこを柔らかく調理してあり、食べやすく、好評でした！

5/16 誕生会

今回は、ちらし寿司と天ぷらをご用意しました！鮮やかなちらし寿司に皆様大変喜んでいました！



5/30 料理クラブ実施

普段とは趣向を変え、「カップラーメンを食べようの回」としました！



栄養情報 ＊水分補給＊

これからの時期、脱水症や熱中症に注意が必要です。当施設でも入所者様の水分補給には力を入れています。

水分補給はこまめに行う方が効果的と言われていますが、のどの渇きを感じなかったり、夜中のトイレが気になって水分を摂らなかったりと、水分を摂ることは意識をしないと難しいことのようにです。

部屋の中でテレビを見ているときも、御飯を食べているときも、もちろん身体を動かしているときも、身体からは水分がどんどん失われています。

自分の飲みやすい飲み物で良いです、ゼリーなどを食べる事も水分摂取に繋がります。御飯のときやおやつするときなど意識して摂取しましょう！

令和2年6月の予定!!



行事食&イベント食

6/17・24 特養ホーム喫茶

ケーキやプリン、まんじゅうなどの和菓子もご用意してお待ちしております！

デイサービス喫茶は6/25です！

6/20 ケーキバイキング

誕生会のおやつ時間に、好きなケーキを選んで食べていただきます

デイサービスでも、6/15・16・17の3日間に行います！

6/27 料理クラブ

入所者の皆様と、手先を使った運動としておやつ作りを行います！

何を作るかはお楽しみに！！

6/23 セレクト食実施

肉豆腐 VS さばの生姜煮

二つのメイン料理からお好きな方を選んでいただきます。

デイサービスも、5/22・23・24の3日間にセレクト食を行います