

6月の食の予定

家族会

六月二十五日(日)

喫茶

セミパブリックスペース

野菜をもう一品
ブロッコリーサラダ
 材料 ブロッコリー 200g
 ゆで卵 2ケ
 むきえび 100g
 お好みのトレッシング
 (とろみがあるタイプ)
 ※えびでなくても、ハムや
 かにかまでもOKです



ちょっと軟らかめにゆでるのがポイント。マヨネーズと濃口、にんにく少々を入れたソースもおススメです。

ブロッコリーはビタミンCなど栄養満点。健康志向のオバマ大統領も好きな野菜なんだって

特別養護老人ホーム
 かたふち村
 管理栄養士
 山田 由貴

①ブロッコリーは小房に分けて茹でておく(冷凍OK)
 卵もゆで卵にする。えびも茹でておく

②ゆで卵は粗くみじん切りにし、ブロッコリーとえびと共に好みのドレッシングで和える(4人分)



村のこぼん新聞6月号

(5月の出来事)



やっとなさわやかな風が吹く過ぎ越しやすい季節になったかなと感じたのもつかの間、すぐそこに梅雨の足跡が聞こえてきそうな蒸し暑さ。これから食べ物も傷みややすくなるので注意しましょうね。

風船バレー大会

2連覇&打ち上げ

五月十一日、毎年恒例の老人福祉施設対抗の風船バレー大会で、みごと二連覇を達成いたしました。日頃の練習の成果を出し切った選手の皆さん試合会場ではやや緊張気味でしたが、打ち上げではリラックスモードで楽しんでおられましたよ。



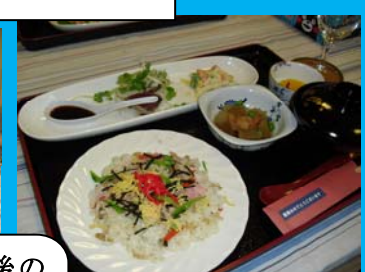
毎年恒例重箱弁当



腹が減っては、戦はできぬ。



優勝の後の一杯(麦茶)は格別!!



かんばーい!!



五月節句弁当

五月五日は端午の節句。この日のお昼ご飯は、竹の子ご飯や柏餅を松花堂弁当スタイルで提供しました。柏の葉は新しい葉がでないと古い葉がおちないことから子孫繁栄の意味があるそうですよ。ハレの日の食事からも、人々の願いや自然に対する感謝を食べ物と結びつける日本人の感性の豊かさを感じます。

デイサービスでバイキング

デイでは二日間テーブルごとに大皿料理での食事を提供しました。皆でわいわい取り分けながらの食事はまるで大家族のようで楽しいですね。



甘い物には目がないのよ♡



どこからたべようかな・・・



赤飯・漬物・汁物
魚のチーズ焼き
ポテトとサラダ
キャベツソテー
フルーツヨーグルト



さあ、みなさん。どれくらい食べます？



おいしいランチに思わずピースサイン



皆で取り分ける食事も楽しいですね

