



栄養・給食管理部門 栄養新聞

平成27年3月 第48号

今月の予定

- 3日……デイサービスいしばし・きらら 地域密着型いしばし苑 (ひな祭り)
- 12日……特別養護老人ホームいしばし (手作りおやつ)
- 18日……特別養護老人ホームいしばし (洋風ランチ)
- 25日……特別養護老人ホームいしばし (手作りおやつ)



おいしさ広場

2/12
いしばし初めての挑戦「ピザトースト」を召し上がって頂きました。生地から作り、出来立てのピザに皆様「美味しい」と絶賛して頂きました。



いしばし



3/3
節分会を行いました。御利用者皆様が1年を通して健康でいられますように、手作りの恵方巻きと鯛の生姜煮を召し上がって頂きました。「美味しい」と大変好評でした。



いしばし苑



2/25
カフェ風ランチをおこないました。手作りのパンを召し上がって頂きました。



行事食の様子

いしばしデイサービス



2/13・15
DSいしばし、DSきららにてかさね丼を召し上がって頂きました。様々な種類の御飯を重ねて、目で料理を楽しんで頂きました。

しもつけ荘デイサービス



2/24
目の前で穴子を揚げ、熱々の天丼を楽しんで頂きました。山越調理員によるしもつかれも皆様に「美味しい」と喜んで頂く事が出来ました。

しもつけ荘



3/3
ひなまつりにて菱をイメージしたムースと旬の苺をのせたひなまつりデザートを皆さんにお届けしました。

地域密着型しもつけ荘



2/14
バレンタイン喫茶を行いました。手作りのバレンタインカードをつけた、ほど良い甘さのティラミスは皆様より大好評でした。



編集後記



3月の旬の食材と言えば「いちご」を思い浮かべませんか？いちごにはビタミンが豊富に含まれており、ガン等の病気予防だけでなく、美肌づくりやストレス解消にも高い効果があります。また、ペクチン(食物繊維)は血中のコレステロール値を下げ、善玉コレステロールを増やす働きがあり、成人病の予防にもなります。酸味に含まれるメチルサリチル酸には頭痛、神経痛等の痛みを止める働きもあります。今が旬のいちごを召し上がってください！！
(栄養・給食管理部門編集員 斉藤より)

