

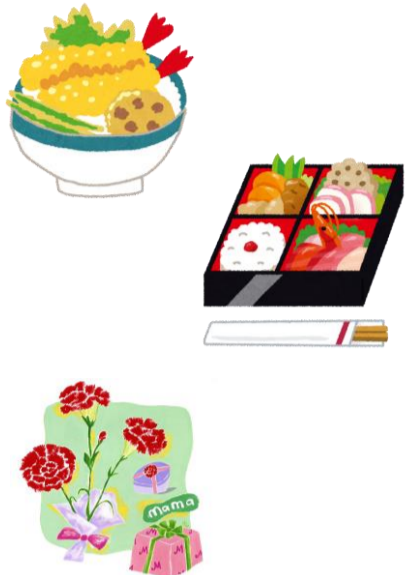


# 栄養・給食管理部門 栄養新聞

平成27年5月 第50号

## 今月の予定

- 9日……デイサービスきらら (まぐろ丼)
- 10日……デイサービスいしばし (まぐろ丼)
- 14日……おいしさ広場 (お花パン)
- 20日……特養いしばし (天井&うどん)
- 21日……いしばし苑 (お弁当)
- 27日……おいしさ広場 (豆乳プリン)
- 30日……グリムの里祭り



## おいしさ広場



4/9  
桜を使った桜あんぱんと桜茶を召し上がっていただきました。皆様大喜びでした。

4/22  
マドレーヌと紅茶を召し上がっていただきました。こちらも大好評でした。

## いしばし

4/29  
特養いしばしにて、春野菜を使ったペペロンチーノやティラミスなどの、洋食ランチを召し上がっていただきました。



## いしばし苑

4/27  
いしばし苑ウッドデッキにて、サンドウィッチを召し上がって頂きました。皆様に大好評でした。



## 行事食の様子

### いしばしデイサービス

4/15・16  
DSきらら、いしばしにて天ぷら、揚げ出し豆腐などの和食御膳を召し上がっていただきました。



### しもつけ荘デイサービス

4/22  
春の食材を使用したお弁当ランチを召し上がって頂きました。枝豆とあさりのおにぎりは好評でした。



### 地域密着型しもつけ荘

4/22  
りんごを三種の野菜ジュースで煮たコンポートを添えたクリームあんみつをご用意しました。冷たいアイスがのり、皆様大喜びでした。



### しもつけ荘

4/22  
紫蘇や椎茸の入ったご飯や色とりどりのピーマンの肉詰めは皆様大好評でした。



## 編集後記

竹の子に含まれる「チロシン」はご存じでしょうか？  
脳を活性化させ、やる気や集中力に関わる原料になるものです。チロシンが増えると、脳が活性化することで、集中力が高まるのでやる気もわいてきます。チロシンはタケノコの他にも、大豆、卵の黄身、チーズなどにも多く含まれています。心身ともにストレスが溜まっている・・・！やる気がわいてこない・・・！という場合は、これらの食べ物を補給してみてください。

(栄養・給食管理部門編集員 長田より)

