



今月の給食だより

平成 29 年
11 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

10/21 誕生会

10月の誕生会では、夏場に中止していた御刺身が

登場しました。多くの方は御刺身がお好きな為、

笑顔で召し上がっておいりました。その他、秋のおこわとして栗の混ぜご飯や洋なしのコンポートを

お出ししました。ポランティアの井上様はハーモニカで様々な曲を演奏してくださり、

素敵な音色に合わせて入所者様と職員で歌いました。

おやつにはハロウィンに

因み、かぼちゃのモンブラン

やかぼちゃプリンをお出ししました。

皆さんぺろりと召し上がっておいりました！



セレクトメニュー

特養入所者様、短期入所者様、デイ利用者様に、セレクトメニューを実施いたしました。

写真をお見せしながら2種類の主菜から、

1種類選んで

頂きました！

どちらも食べたいよ～などの御声も頂き、変喜ばれておいりました。



ちなみにメニューは

「サンマの塩焼き

VS

「豚の角煮」です



ホーム喫茶

月に1回、ケーキや饅頭、コーヒーなどをお出しするホーム喫茶を行っております。

10月はハロウィンのため、

かぼちゃのパンケーキやプリンを

ご用意いたしました！！



千葉県のご郷土料理

「サンマと冬瓜のおつゆ」は

サンマの香りが良く、残食も少なかったです！又、一緒に巻き寿司

といなり寿司をお出したところ、大変好評でした！

今月の旬と栄養 * 長ネギ *

鍋の具材として欠かせない長ネギですが、煮ても焼いても生でも食べられる為皆さんも様々なメニューに取り入れているのでは？風邪に効くと言われるネギ、実際に辛み成分アリシンの中に殺菌効果や血行を良くし身体を温める効果もあります。その他、神経の興奮を鎮める働きもあると言われ不眠の緩和に効果があるとか。

* 豚肉のねぎ塩炒め *	* 2人分		
豚バラ肉	200g	ごま	少々
長ネギ	1本	こしょう	少々
だし	小さじ1		
油	大さじ1/2		
塩	少々		



11月の予定!!

行事

11/18 誕生会

海鮮丼をお出しします！



イベント食

11/9~11 デイ バイキング週間

中華や和食・カレー等をご用意いたしました。お好きなメニューをバイキング形式で食べて頂きます！

11/16 郷土料理 愛知県

「味噌煮込みうどん」をご用意します

11/25 お好み給食

入所者様に事前に注文を取り、ちらし寿司やにぎり寿司を出前します！

普段食べられない御寿司を堪能あれ。