



栄養課だより

令和6年
5月号



新緑まぶしい、そよ風が心地よい季節になりました。この過ごしやすい時季が、昨今では短くなってきているように感じます。（すでに今夏の酷暑☹️も予報されています。）
今月も、今が旬の食材である『アスパラ』『鱈(あじ)』『玉ねぎ』『じゃがいも』などを用いて、美味しくて滋養のある献立を提供します。

おやつレクでいちごムースを作りました



牛乳とムースベースをボウルに入れて混ぜるだけで「あら、不思議！」いちごムースの出来上がり～！

あら、ほんまに固まってきたわ



ん。
これでいいの？

こ〜うやって混ぜますよ〜



+



みなさん、おいしそうに召し上がっていました。

4月の郷土料理シリーズは 大分県 でした

- ・ 日田焼きそば風
- ・ ごまだしうどん
- ・ 中津のからあげ

を、昼食に提供しました。

他にも、『春の祝膳』と銘打って

炊き込みごぼうごはん

白身魚の木の芽焼き

キャベツのごま浸し

みかん缶 味噌汁

これらも楽しんでいただきました。



【日田焼きそば風】

本来の日田焼きそばは、パリパリと焼けた麺と、シャキシャキしたもやしの食感が売りの、炒めるといよりは『焼く』といった感じの焼きそばです。

ひばり苑では、入所者様に食べていただきやすいように、やわらかめに仕上げています。

